



• • • • •

2009 Tikkurila

Laurea-ammattikorkeakoulu
Laurea Tikkurila

Riittävän hyvä vanhemmuus -
Vanhemmuuden tukemista ryhmän avulla Vanhemmuuden rooli-
karttaan perustuen

Tarja Seppänen
Sosiaalialan koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Lokakuu 2009

Seppänen, Tarja

Riittävän hyvä vanhemmuus - Vanhemmuuden tukemista ryhmän avulla Vanhemmuuden roolikarttaan perustuen

Vuosi 2009

Sivumäärä 87

Opinnäytetyönäni suunnittelin ja toteutin vanhempainryhmän Vantaalaisessa päiväkodissa. Vanhempainryhmään osallistuvat vanhemmat tulivat asukaspuistoa käyttävien vanhempien joukosta. He ilmoittautuivat ryhmään oman halukkuutensa ja kiinnostuksensa mukaan. Ryhmä kokoontui 8 kertaa syksyn 2008 ja talven 2009 aikana. Yhdellä tapaamiskerralla olivat myös lapset mukana, ja kyseisellä kerralla leikittiin Theraplayhin pohjautuvia vuorovaikutusleikkejä.

Opinnäytetyön tavoitteina olivat 1.vanhemmuuden tukeminen ryhmän avulla ja 2. vertaistuen saaminen ja antaminen samassa elämäntilanteessa olevien vanhempien kesken. Ryhmän pohjana toimi Vanhemmuuden roolikartta siten, että viidellä tapaamiskerralla aiheena oli yksi roolikartan rooleista.

Omat henkilökohtaiset tavoitteeni liittyivät ryhmän ohjaamisen taitoihin. Ryhmän ohjaamisella hain vastauksia seuraaviin kysymyksiin: 1. Miten osaan toimia ryhmän ohjaajana dialogiselta pohjalta?, 2. Miten pystyn omalla ammatillisella taustallani ja ammattitaidollani tukemaan vanhempia heidän vanhemmuudessaan? ja 3. Miten vanhemmat saavat tunteen siitä, että ryhmään osallistuminen on tukenut ja auttanut heitä omassa vanhemmuudessaan?

Työn teoriaosuus käsittelee vanhemmuutta ja nykypäivän vanhemmuuden haasteita. Vanhempainryhmää käsittelevässä luvussa käyn läpi Vanhemmuuden roolikarttaa ja sen rooleja. Samassa luvussa käyn myös läpi tutkimuksen ja ryhmän ohjaamisen menetelmiä. Pohdinnassa olen erikseen pohtinut ryhmää, vanhemmuutta ja Vanhemmuuden roolikarttaa.

Arviointimenetelminä käytin vanhempien kirjearviointia jokaisen ryhmäkerran jälkeen sekä kokoavaa arviointia, joka annettiin lomakkeella viimeisellä tapaamiskerralla. Lisäksi tallensin ryhmäkerrat DVD:lle, ja näitä tallennuksia käytin toiminnan kuvauksen ja itsearviointin pohjana. Tallennusten pohjalta esimieheni antoi vertaisarviointia. Jokaisen ryhmäkerran päätteeksi kirjasin sen hetkisiä tuntemuksia ja ajatuksia ryhmäkertaan liittyen, ja nämä kirjaukset ovat myös arvioinnin pohjana.

Ryhmän koin onnistuneeksi ja koen onnistuneeni tavoitteessani eli vanhemmuuden tukemisessä. Tämä tulee esille myös vanhempien antamassa palautteessa eli sekä kirjearvioinnissa että kokoavassa palautteessa. Keskustelu oli usein vilkasta ja hyvin avointa, vanhemmat kertoivat ja jakoivat omia tuntemuksiaan hyvin rehellisesti. He myös jakoivat toisilleen vinkkejä lasten kanssa toimimiseen ja olemiseen.

Asiasanat: Vanhemmuus, riittävän hyvä vanhemmuus, vanhemmuuden haasteet, vanhempainryhmä, Vanhemmuuden roolikartta

Tarja Seppänen

Good Enough Parenthood - Parent support group and Role Map of Parenthood

Year	2009	Pages	87
------	------	-------	----

The purpose of this thesis was to plan and actualize a group for parents in a day-care centre in Vantaa. These parents who visited in the playground were interested in that kind of group and wanted to join in. The group gathered eight times during autumn 2008 and winter 2009. In one meeting, parents had children with them and we played games and plays based on Theraplay.

The key objectives of this thesis were 1. to support the parenthood by the means of the group and 2. to have and give peer support among the parents that are in the same life situation. The group was based on Role Map of Parenthood, and this role map was applied five times: one group session per each role.

My own objective in this thesis process was linked with my skills of leading a group. By leading this group I was looking for answers to these questions: 1. How can I lead a dialog-based group?, 2. How can I support these parents in their parenthood when thinking of my professional background and professional skills? and 3. How can these parents get a feeling that joining this group has given them support and helped them in their parenthood?

In the theory part I write about the theory of parenthood and nowadays challenges in parenthood. In the chapter that handles the parent group I write about the Role map of parenthood and its roles. In the same chapter I also write about the methods that I used. In the pondering chapter I write about my thoughts about the group, parenthood and the Role map of parenthood.

As the evaluation methods, I used letters that parents wrote after every meeting and the final evaluation that was made in the last meeting. In addition, I recorded every meeting and I used these recordings to describe the meetings. I also used these recordings as a basis of self evaluation. My superior used these recordings in terms of peer review. After every meeting, I wrote up my feelings and thoughts of the group time and I used them also when I evaluated each group meeting.

In my opinion, the group was successful and I succeeded in achieving my objectives. This became also evident from the parents' evaluations (letter evaluation and final evaluation). The discussion in the group was quite open and lively. Parents shared their feelings and thoughts very honestly. They also shared some tips about things that can be done with children in different situations.

Keywords: parenthood, good enough parenthood, challenges of parenthood, parent group, Role Map of Parenthood

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	7
2	VANHEMMUUS.....	9
2.1	Psykologinen ja sosiaalinen vanhemmuus	10
2.2	Vanhemmuus ja tuen tarve.....	12
2.3	Kasvaminen vanhemmuuteen	12
2.4	Riittävän hyvä vanhemmuus	13
3	VANHEMMUUDEN HAASTEITA.....	14
3.1	Työelämä	15
3.2	Kasvatusyhteisöt ja vanhemmuus	16
3.3	Yhteiskunnan muutokset ja vanhemmuus	17
4	OPINNÄYTETYÖ.....	19
4.1	Tavoitteet	19
4.2	Arviointimenetelmät	20
4.2.1	Kirjearviointi	20
4.2.2	Lomakearviointi.....	20
5	VANHEMPAINRYHMÄ	21
5.1	Prosessin kulku	21
5.2	Tutkimuksen menetelmät	22
5.2.1	Ryhmätoiminta.....	22
5.2.2	Vanhemmuuden roolikartta.....	24
5.2.3	Videointi	25
5.3	Ryhmän ohjaamisen menetelmät	25
5.3.1	Päiväkirja ja tulevaisuuden muistelu	25
5.3.2	Vuorovaikutusleikki	26
5.3.3	Vertaistuki	26
5.4	Eettisyys	27
6	VANHEMPAINRYHMÄN TOIMINNAN KUVAUS	28
6.1	Kerta 1: Tutustuminen	28
6.1.1	Suunnitelma ja toteutus.....	28
6.1.2	Arviointi	31
6.2	Kerta 2: Ihmissuhdeosaaja.....	33
6.2.1	Suunnitelma ja toteutus.....	33
6.2.2	Arviointi	36
6.3	Kerta 3: Huoltaja.....	38
6.3.1	Suunnitelma ja toteutus.....	38
6.3.2	Arviointi	41
6.4	Kerta 4: Vuorovaikutusleikkejä	42
6.4.1	Suunnitelma ja toteutus.....	42

	6.4.2	Arviointi	44
6.5		Kerta 5: Rajojen asettaja.....	45
	6.5.1	Suunnitelma ja toteutus.....	46
	6.5.2	Arviointi	48
6.6		Kerta 6: Rakkauden antaja	50
	6.6.1	Suunnitelma ja toteutus.....	50
	6.6.2	Arviointi	53
6.7		Kerta 7: Elämän opettaja.....	54
	6.7.1	Suunnitelma ja toteutus.....	55
	6.7.2	Arviointi	57
6.8		Kerta 8: Loppuarviointi ja keskustelua	58
	6.8.1	Suunnitelma ja toteutus.....	58
	6.8.2	Arviointi	61
7		ARVIOINTI	61
	7.1	Vertaisarviointi	61
	7.2	Vanhempien antama arviointi.....	62
	7.3	Itsearviointi	64
8		POHDINTA	66
	8.1	Ryhmä	66
	8.2	Vanhemmuus.....	67
	8.3	Vanhemmuuden roolikartta	71
		LIITTEET	76
		Liite 1 Kutsu ryhmään.....	76
		Liite 2 Suostumus videointiin	77
		Liite 3 Vanhemmuuden roolikartta	78
		Liite 4 Tulevaisuuden muistelu ja päiväkirja	79
		Liite 5 Arviointilomake.....	80
		Liite 6 Vanhempien antaman arvioinnin yhteenveto	84

1 JOHDANTO

Vanhemmuudesta ja lasten hyvinvoinnista tai sen puuttumisesta on käyty runsaasti keskustelua viime vuosina. On tehty tutkimusta lasten hyvän kasvun mahdollisuuksista ja esitetty monia huolestuneita asiantuntijapuheenvuoroja. Kannanottoja on esitetty sekä eduskunnassa että lehtien yleisönosastoissa. Kaikessa tässä julkisessa keskustelussa on korostettu vanhempien ensisijaista vastuuta lapsista erittelemättä kuitenkaan sitä, mikä on vanhempien roolin ja yhteiskunnan välisen roolin suhde. Voidaan puhua rakenteellisesta välinpitämättömyydestä, kun puhutaan huolestuneesti lapsista muuttamatta puhetta poliittiseksi toiminnaksi ja voimavarojen jakamiseksi. (Lammi-Taskula & Salmi 2008, 38.)

Julkisuudessa kannetaan huolta vanhemmuuden katoamisesta, vanhempien uusavuttomuudesta, kiireestä, väsymisestä ja rajojen asettamisen vaikeuksista. Samalla ollaan huolissaan perheen, lasten ja nuorten monenlaisista ongelmista, jotka näkyvät pahana olona ja turvattomuutena. Huolissaan ollaan myös perheiden keskinäisen huono-osaisuuden lisääntymisestä. Vanhempien kasvatustuuta pidetään ehdottomana, ja samoin pidetään julkisten kasvatustalvelujen ja koulun vanhemmille antamaa tukea kasvatustyössä. (Helminen 2006, 31.)

Vanhemmuudesta puhuminen nostaa pintaan monenlaisia tunteita ja ajatuksia. Se saa miettimään omia kykyjään, toiveitaan ja ajatuksiaan vanhemmuuteen liittyen. Vanhemmuutta voidaan pitää vaativana pestinä, joka kestää lopun ikää. Lapset kasvavat, kehittyvät ja aikuistuvat, mutta vanhemmuus säilyy muuttaen vain muotoaan lasten kasvaessa ja kehittyessä. Vanhemmat kohtaavat tänä päivänä monia haasteita, ja yksi näistä haasteista on työn ja perhe-elämän yhdistäminen. Toisena isona haasteena voidaan pitää yhteiskunnan nopeaa muuttumista. Näistä haasteista kirjoitan enemmän vanhemmuutta käsittelevässä luvussa.

Läheisverkosto saattaa olla monella perheellä hyvin pieni tai sitä ei ole lainkaan. Monet perheet asuvat kaukana sukulaisistaan, joten välimatkat saattavat olla hyvinkin pitkät. Tämä tilanne saattaa johtaa siihen, että apua ja tukea ei ole saatavilla omasta lähiverkostosta silloin, kun sitä tarvitsisi. Perheet voivat olla hyvinkin yksinäisiä. Työn perässä muuttaminen on hyvin yleistä, ja sukulaisten ja ystävien antama tukiverkosto jää usein lähtöpaikkakunnalle. Uudella paikkakunnalla verkostoa pitäisi ryhtyä luomaan, mutta työ ja arjessa selviäminen voivat kuluttaa voimia. Aikaa ei välttämättä jää uusien ystävien etsimiseen ja verkoston luomiseen. Myös naapurit voivat jäädä etäisiksi tai heitä ei tunneta ollenkaan.

Vanhemmuuden tukeminen on arkipäivää päivähoitossa, neuvolassa ja lastensuojelun ja neuvolan perhetyössä. Myös eri järjestöillä on ja on ollut erilaisia vanhemmuutta tukevia projekteja (mm. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Lapsiperhe- projekti). Vanhemmuuden tukemi-

nen koetaan tärkeänä, mutta satsataanko siihen tarvittava määrä resursseja? Usein perheille suunnatut ei- lakisääteiset palvelut ovat niitä, joista kunnat ensimmäisenä talousahdingossa säästävät. Järjestöillä vanhemmuuden tukemiseen liittyvät toimet ovat usein määrääkäsia projekteja, jotka alkavat ja päättyvät tiettyä ajankohtana. Erilaisiin perhepalveluihin ja vanhemmuuden tukemiseen tarvittaisiin määrätietoisia toimia, joista osa voisi mielellään olla lakisääteisiä.

Opinnäytetyöni käsittelee vanhemmuuden tukemista ryhmätoiminnan avulla. Opinnäytetyöni on toiminnallinen. Kyseessä on vanhempainryhmä, joka kokoontui Vantaalaisen päiväkodin tiloissa ja johon osallistuneet vanhemmat tulivat asukaspuistossa kävijöiden joukosta. Vein asukaspuistoon ilmoituksen alkavasta ryhmästä, ja vanhemmat saivat ilmoittautua ryhmään oman mielenkiintonsa mukaisesti. Ryhmän tavoitekooksi määrittelin neljästä seitsemään vanhempaa, osallistujia ryhmään tuli neljä.

Opinnäytetyöni nimeen ”Riittävän hyvä vanhemmuus” sain idean ollessani kuuntelemassa Jari Sinkkosen luentoa Helsingin Diakoniaopistolla 30.9.2008. Luennon aiheena oli ”Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun”, ja se oli osa Helsingin avoimen kesäyliopiston syksyn 2008 luentosarjaa ”Lapsuudesta evääksi tervettä mieltä”. Sinkkonen puhui luennossaan riittävän hyvästä vanhemmuudesta.

Ajatuksen vanhempainryhmän ohjaamisesta sain ollessani työharjoittelussa avoimessa päiväkodissa viime talvena. Siellä kokoontui ensisynnyttäjien ryhmä, ja olin itse mukana ryhmän ohjaamisessa sen ajan, kuin harjoitteluani oli jäljellä. Tällainen vanhempainryhmä tuntui hyvältä ajatukselta opinnäytetyön aiheeksi. Esimieheni suhtautui hyvin myönteisesti tällaisen ryhmän perustamiseen. Asukaspuistossa järjestettiin keväällä 2008 keskusteluryhmä vanhemmille liittyen lapsen uhmaikään ja rajojen asettamiseen. Vanhemmilta oli tullut positii- vista palautetta tästä keskusteluryhmästä ja toive siitä, että tällaisia voisi olla enemmän.

Teoreettisessa viitekehyksessä tuon esille vanhemmuutta ja nykypäivän vanhemmuuden haas- teita. Vanhempainryhmää käsittelevässä luvussa tuon esille Vanhemmuuden roolikartan pää- rooleja ja roolikartan teoriapohjaa sekä ryhmätoiminnan teoriaa. Koska Vanhemmuuden roo- likartta oli vanhempainryhmän toiminnan pohjana, tuon sekä arvioinnissa että pohdinnassa esille roolikartan käyttökelpoisuutta eri tilanteissa. Kun opinnäytetyöni oli ryhmän ohjaami- nen, keskityn arvioinnissa hyvin paljon oman toimintani arviointiin.

Liitteinä löytyvät vanhempainryhmäkutsu, suostumus videointiin, vanhemmuuden roolikartta, päiväkirjaohjeistus sekä tulevaisuuden muistelu, arviointilomake sekä vanhempien antaman arvioinnin kooste.

2 VANHEMMUUS

Vanhemmuus on yksi suurimmista elämäntehtävistä, ja siksi arvokas. Vanhemman vastuu on suuri, mutta jokainen vanhempi on riittävä omana itsenään. Lapsi antaa pyyteetöntä rakkautta vanhemmilleen ilman ehtoja tai vaatimuksia vanhemmuudesta. Vanhempi tarvitsee vain rohkeuden luottaa omaan itseensä ja kykyä kuunnella ja ajatella lasta. (Mäkijärvi 2008, 135-136.) Kinnunen (2003, 9) pitää vanhemmuutta ihmiselle annettuna tärkeimpänä elämäntehtävänä sekä luottamustehtävänä, jota kukaan muu ei voi täyttää. Vanhemmuus on myös jokaisen vanhemman mittainen tehtävä, ja lapsille omat vanhemmat ovat ainoat oikeat vanhemmat.

”Vanhemmuus on paketti maalaisjärkeä.” Vanhemman tulee tietää, mikä on lapselle parasta, ja vanhemmalla tulee olla kyky ja taito ottaa vastuuta asioista. Vanhemmuus on myös rasittavaa ja raskasta. Se on vaatimista, jankuttamista, toistamista, sitkeyttä ja sinnikkyyttä. Vanhemmuus ottaa paljon, mutta myös antaa paljon. ”Vanhemmuus on myös paketti valtaa.” Vanhemmuudessa valta tarkoittaa vastuuta. Valtaa käytetään lapsen parhaaksi, ja vallan oikea käyttö vaatii sitoutumista lapseen. Tämä vastuu on elinikäinen. (Telemäki & Vahtokari 2008, 13-14.)

Vanhemmuus rikastuttaa elämää monella tavalla, mutta on samalla myös haastavaa. Lapsen myötä vanhemmuuteen kasvetaan, ja lapsen kasvaessa onnen ja huolen kokemukset muuttuvat erilaisiksi. Vanhemmuuteen liittyvät ilot ja murheet ovat tavallisia, jokapäiväiseen perhe-elämään kuuluvia. Ne rakentavat lapsen ja vanhemman välistä vastavuoroista suhdetta, ja se on tärkeä osa molempien osapuolten hyvinvointia. Arjessa jaksamista auttavat yhteiset ilonaiheet, jaksamista puolestaan kuormittavat riidanaiheet. Erimielisyyksiä tulee väistämättä, ja sovinnon hetket ovat arvokkaita. (Lammi-Taskula & Bardy 2009, 60.)

Vanhemmuus antaa mahdollisuuden elää oman lapsuutensa uudelleen. ”Lapsi aktivoi vanhemman muistot omasta lapsuudesta. Kasvatusprosessissa oma lapsuus asettuu uuteen perspektiiviin. Aikuinen mieltää lapsuuden kokemukset rikkautena, mikä auttaa häntä kypsyään ihmisenä.” Käydessään läpi omaa lapsuuttaan vanhempi samalla pohtii suhdettaan omiin vanhempiin. Tammisen mukaan ”lapsena koettu vanhemmuus ei automaattisesti toteudu omien lasten elämässä”. Vanhemmat tekevät valintoja toimiessaan samoin tai eri tavalla kuin omat vanhemmat. Osa näistä valinnoista on tietoisia, osa tiedostamattomia. (Eskelinen 2000, 98; aiheesta myös Kaimola 2008, 62-66.)

Käytännön vanhemmuus muodostuu pienistä jokapäiväisistä ratkaisuista. Vanhemmuudessa ei kuitenkaan ole kyse vain käytännön järjestelyistä, vaan syvästä tunnesiteestä toiseen ihmi-

seen. Tässä tunnesiteessä vanhempi välittää lapselle itse saamaansa rakkautta ja hoivaa, tai niistä vaille jäämistä. Lapselle vanhempi on ensimmäinen ja tärkein ihmisenä olemisen malli. Vanhemmuus on samanaikaisesti sekä hyvin henkilökohtaista että hyvin yksilöllistä ja yhteiskunnallista. Monissa perheissä esiintyy samanlaisia ongelmia. (Kolbe & Järvinen 2002, 8-9.)

Sinkkosen mukaan vanhempien tehtävänä on antaa lapselle sellaiset valmiudet, joiden varassa hän aikanaan selviää itsenäisesti. Hänen mukaan on olemassa asioita, jotka automaattisesti kuuluvat vanhemmuuteen, joissakin asioissa vanhemmat voivat tehdä parhaansa ja sitten on asioita, joihin vanhemmat voivat vaikuttaa vähän tai ei lainkaan. (Sinkkonen 2008, 22; myös Poikkeus, Laakso, Aro, Eklund, Katajamäki & Lajunen 2002, 160.)

Malinen, Härmä, Sevón & Kinnunen ovat tehneet tutkimuksen työssäkäyvien pienten lasten vanhempien kokemuksista perhe-elämästä ja työstä. Tutkimuksessa käy ilmi seuraavia asioita:

1. Lasten vaativuudella on yhteys vanhemmuuden kokemiseen.
2. Lapsilukumäärällä on myös yhteys vanhemmuuden kokemiseen: useamman lapsen vanhemmuus on osaksi vaativampaa kuin yhden lapsen vanhemmuus liittyen runsaampiin konflikteihin lasten ja vanhempien sekä itse lasten välillä, ja vanhempien elämä on enemmän kotikeskeistä useampilapsisissa perheissä.
3. Yleisesti tarkasteltuna äitien ja isien vanhemmuus on laadukasta, lapsista huolehditaan ja heidän kanssaan vietetään aikaa.
4. Vanhemmuus on sukupuolittunutta, ja tästä syystä huomiota tulisi kiinnittää äitien jaksamiseen ja isien innostamiseen ja mahdollisuuksien tarjoamiseen miesten täysivaltaiseen vanhemmuuteen.

(Malinen, Härmä, Sevón & Kinnunen 2005, 64.)

2.1 Psykologinen ja sosiaalinen vanhemmuus

Kun vanhemmuutta tarkastellaan psykologisena ilmiönä, on vanhemmuudessa kysymys ainutlaatuisen läheisestä ja merkityksellisestä ihmissuhteesta, joka muodostuu kahden eri sukupolven olevan ihmisen välille. Vanhemmuus nähdään suhteena, joka rakentuu kiintymykselle ja vuorovaikutukselle sisältäen oman elämäнкаaarensa. Vanhemmuus on aito kasvatussuhde ja vanhemmat ovat lapselle monella tavalla ylivoimaisia kasvattajatahoja. (Hirsjärvi & Huttunen 2001, 49-50.)

Kun puhutaan sosiologisesta vanhemmuudesta, on kyseessä yhteiskunnallinen instituutio pohjautuen tapoihin ja lakeihin. Näitä tukevat normit ja yleisesti hyväksytty virallinen moraalikäsitelmä vanhempien ja lapsen suhteesta. Bignerin (1985) mukaan vanhemmuuteen kuuluvat

seuraavat merkitykset (suorina lainauksina): 1. vanhemmuus on kansalaisvelvollisuus, 2. vanhemmuus on luonnon laki, 3. vanhemmuus on sukupuoli-identiteetin täyttymys, 4. vanhemmuus on parisuhteen täydellistäjä ja 5. vanhemmuus on henkistä normaaliutta. (Hirsjärvi & Huttunen 2001, 50.)

Vanhemmuuteen sisältyy myös sosiaalisia ristiriitaisuuksia. Vanhemmilta odotetaan hyvää vanhemmuutta, mutta yksiselitteisiä ja yleisesti hyväksyttyjä tavoitteita vanhemmuudelle ei ole olemassa. Vanhemmuuteen liittyvät yhteiskunnalliset odotukset ovat pääasiassa julkilausumattomia piilonormeja, ja nämä vanhempien tulisi oma-aloitteisesti oivaltaa. Nykyisessä yhteiskunnassa vanhemmilla on suhteessa lapsiinsa enemmän vastuuta kuin valtaa, ja vastuunjaossa neuvolan, päiväkodin ja koulun kanssa on epäselvyyksiä. Vanhemmuus voidaan kokea välillä ylivoimaisena tehtävänä. (Hirsjärvi & Huttunen 2001, 50.)

Hirsjärven ja Huttusen (2001, 51) mukaan vanhemmuuteen siirtymistä voidaan tarkastella kolmen teorian valossa:

1. Sosiaali-teoriassa vanhemmuuteen siirtyminen nähdään oppimisena, jossa vanhemmuus on uusien taitojen joukko, jotka omaksutaan sosiaalisen ja kognitiivisen oppimisen periaatteiden mukaisesti. Sukupolvien välisellä vuorovaikutuksella on tärkeä asema, ja vanhemmuuteen voidaan myös valmentaa.
2. Adaptaatioteoriassa vanhemmuuteen siirtyminen nähdään sopeutumisena uusiin elämänolosuhteisiin. Sopeutumisen onnistumista määrittävät henkilön voimavara- ja kuormittavuustekijät. Vanhemmuuteen sopeutumista voidaan auttaa kohentamalla henkilön henkisiä, taloudellisia ja muita voimavaroja tai vähentämällä häneen kohdistuvia kuormittavia tekijöitä.
3. Elämäkaariteoriassa vanhemmuuteen siirtyminen nähdään aikuisikään kuuluvana kehitystehtävänä. Vanhemmaksi tulemistä pidetään normatiivisena kriisi- tai siirtymävaiheena, joka on vain eletävä. Ihmisen omasta kehityshistoriasta riippuu tässä onnistuminen.

Hirsjärven ja Huttusen (2001, 53-54) mukaan vanhemmuuden käsitteessä on erotettavissa biologinen, sosiaalinen ja psykologinen vanhemmuus. Biologinen vanhempi on siittänyt tai synnyttänyt lapsen. Sosiaalista vanhemmuutta voidaan pitää oikeudellisena suhteenä lapseen, eli sosiaalinen vanhempi on laillistettu ja jonka perheessä lapsi elää. Psykologinen vanhemmuus tarkoittaa sitä, että lapsi alkaa pitää jotakin ihmistä äitinaan tai isänään eli joku aikuinen on hänen silmissään vanhemman asemassa. Psykologisessa vanhemmuudessa on kysymys siitä ajatuksesta, että vanhemmuudessa on kyse muustakin kuin biologisesta tai sosiaalisesta vanhemman asemasta. Kasvatuksellisesti merkittävimmissä asemassa voidaan pitää nimenomaan psykologisia vanhempia.

2.2 Vanhemmuus ja tuen tarve

Osa vanhemmista kaipaa tukea ja apua vanhemmuuteensa. Tärkeinä apumuotoina koetaan emotionaalinen tuki ja konkreettisen avun tarjoaminen ja antaminen. Tänä päivänä osa vanhemmista joutuu selviämään vanhemmuudestaan turhan yksin, ilman suojaavaa tukiverkostoa. Tämä nostaa päivähoidon roolin vanhemmuuden tukemisessa ensiarvoisen tärkeäksi, ja resurssien ohjaaminen päivähoidon järjestämiseen olisi tärkeää. (Malinen ym. 2005, 64.)

Lammi-Taskulan ja Salmen tutkimuksessa käy ilmi, että lapsiperheiden vanhemmat kokevat saavansa riittämättömästi sekä konkreettista apua että henkistä tukea omaan vanhemmuuteensa. Tarvittaessa tukea koetaan saavan lähinnä omalta puolisoilta. Perheeltä ja suvulta saadaan tukea eniten pikkulapsivaiheessa, ja tämä tuki on luonteeltaan sekä käytännöllistä että henkistä. Tällaisen tuen saamisen kokemus vähenee lasten kasvamisen myötä, vaikka kokemus tuen tarpeesta ei vähene. (Lammi-Taskula & Salmi 2008, 52.)

Lapsiperhe- projektissa tuli esille, että tuen tarvetta vanhemmilla voi olla vanhemmuuteen, lasten kasvatukseen ja hoitoon, sosiaaliseen verkostoon, parisuhteeseen ja perheenjäsenten terveydentilaan liittyvissä asioissa. Vanhemmuuden ongelmassa voivat korostua äitien ja isien uupumus, epävarmuus ja jaksamattomuus vanhempana. Lisäksi ongelmia voivat aiheuttaa vastuun jakaminen ja ajankäyttö perheessä. Vanhemmat saattavat tarvita apua myös lastensa tarpeiden tunnistamisessa. He saattavat myös hakea vahvistusta itsetunnonalleen. (Häggman-Laitila, Ruskomaa & Euramaa 2000, 28.)

”Tutkimusten mukaan ryhmätoiminnan tavoitteena on tukea vanhempain voimavaroja ja antaa eväitä jatkuvaan kasvuprosessiin, jota vanhemmuus on. Vanhempana selviämiseen tarvitaan sekä sisäisiä että ulkoisia voimavaroja.” Sisäisiin voimavaroihin kuuluvat tietämys lapsen kasvusta, kehityksestä ja luonteenpiirteistä. Lisäksi sisäisiin voimavaroihin kuuluvat kyky dialogiseen vuorovaikutukseen ja herkkyyys huomata lapsen tarpeita. Lisäksi vanhempi tarvitsee riittävästi energiaa omien kykyjensä käyttämiseen. Ulkoisiin voimavaroihin kuuluvat sosiaalinen tukiverkosto ja kyky käyttää tarvittaessa ammattiapua. (Häggman-Laitila ym. 2000, 122.)

2.3 Kasvaminen vanhemmuuteen

Elämän vaativimpia tehtäviä on vanhemmuuteen kasvaminen. Lapsen tulo mullistaa elämän. Se aiheuttaa neuvottomuuden, pelon, huolen ja syyllisyyden kokemuksia. Vaikka lapsen kehityksestä on tarjolla paljon tietoa, ei vanhemmuus ole ensisijaisesti tiedollinen asia. Se kasvaa pohjimmiltaan omasta lapsuudesta ja siitä, millainen suhde ihmisellä on itseensä ja muihin. Vanhemmuuteen tulevat mukaan lapsuudenkodin suhteet, joillakin sellaisenaan, joillakin muokattuina. Vanhemmuus ei ole muusta persoonallisuudesta erillään oleva osasto, vaikka

siihen liittyvät tehtävät ovat erityisiä ja ainutlaatuisia muihin tehtäviin verrattuna. Vanhemmuus on suhde lapseen, ja siihen vaikuttavat molemmat vanhemmat ja perhettä ympäröivät muut suhteet ja elinolot. (Bardy 2002, 39-41.)

Vanhemmuuteen kasvamisesta kirjoittaa myös Kaimola. Kukaan ei ole syntyjään kykenevä vanhempi, eikä vanhemmuus toteudu itsestään. Vanhemmuus on haasteellista, ja onnistumiseen tarvitaan paneutumista, vanhemmuuden tehtävän arvostamista ja tukea kumppanilta ja läheisiltä. Vastuullisen vanhemmuuteen kuuluu halu sitoutua lapsen tukemiseen koko lapsen kehityksen ajan sekä hyvissä asioissa että kriiseissä. (Kaimola 2005, 14.)

Kaimolan (2005, 16) mukaan ”vanhemmuus edellyttää omana itsenä omassa aikuisuudessa kasvamista, ei vain lapsen kasvattamista”. Omat lapset tuovat pintaan vanhemman oman historian ja kokemukset lapsena. Etenkin lapsuuteen liittyvät tunnekokemukset, sekä positiiviset että negatiiviset, vaikuttavat elämään aikuisenakin ja siitä syystä näiden tunnekokemusten tavoittaminen ja käsitteleminen on tärkeää.

2.4 Riittävän hyvä vanhemmuus

Parhaansa tekeminen tarkoittaa Sinkkosen mukaan sitä, että tuntee hyvin lapsensa ja hänen ominaisuutensa. Lasta tuetaan ja kannustetaan hänen taipumustensa mukaisesti, ja autetaan ja kannustetaan selviytymään vaikeista asioista. Vanhemmat voivat vaikuttaa vähän tai ei lainkaan asioihin, jotka lapsi on saanut perimän kautta. Näihin asioihin vanhempien tulisi sopeutua parhaansa mukaan. (Sinkkonen 2008, 23-24.)

Aaltonen lainaa Winnicottia kirjoittaessaan, että vanhempien ei tarvitse olla supervanhempia. Winnicottin mukaan vanhemmuudessa on tärkeää se, että jotain asiaa on riittävästi, jotain on sopivasti ja jotain sopivan turvallista. Hänen mukaan ”riittävän hyvä on tarkka ilmaisu”. Riittävän hyvässä vanhemmuudessa katse kiinnitetään nykyhetken voimavaroihin ja resursseihin. (Aaltonen 2002, 31.)

Lapsi tarvitsee riittävän hyvät vanhemmat. ”Riittävän hyvä vanhemmuus perustuu aikuisen kykyyn tulla eläytyvään vastavuoroiseen suhteeseen lapsensa kanssa ja kykyyn rakentaa lapsen kehitystä tukeva perheen tunneilmapiiiri. Tässä myös vanhempien suhteella on siten erityisen merkittävä osuus, sillä vanhempien suhteen laatu on se ilma, jota lapsi hengittää.” (Kaimola 2005, 15.)

Kaimolan (2008, 66) mukaan riittävän hyvät vanhemmat ovat kiinnostuneita lapsensa kokemuksista ja antavat arvostusta ja tukea lapselleen. He auttavat lasta kohtaamaan elämässä väistämättä eteen tulevia pettymyksiä asettamalla lapselleen ikäkauteen sopivia rajoja ja

käsittelemällä yhdessä lapsen kanssa niihin liittyviä tunteita. Jos lapsella ei ole mahdollisuutta harjoitella turvallisesti pettymystä, hän saattaa olla aikuisena heikoilla näiden tunteiden kanssa.

Vaikka riittävän hyvän vanhemman saappaat ovat suuret, ne eivät ole mahdottomat täyttää. Tässä tehtävässä onnistuminen on jokaisella äidillä ja isällä mahdollista. Vanhemmuudessa riittää, että onnistutaan riittävän hyvin, tarkoitus ei ole onnistua täydellisesti. Tärkeintä on, että perheessä on riittävästi aikuisen läsnäoloa ja turvaa. Sellaista vanhempaa ei ole olemassa, joka pystyisi täyttämään kaikki vanhemmuuden odotukset ja ihanteet. Syyllisyys ja riittämättömyys kulkevat käsi kädessä, ja ne ovat oleellinen osa riittävän hyvää vanhemmuutta. (Juvakka 2005, 28.)

Bruno Bettelheim (1988) tarkoittaa kyllin hyvillä vanhemmilla sitä, että vanhemmalta riittää, kun on oma itsensä ja toimii johdonmukaisesti omien arvojensa mukaisesti. Vanhemman ei pidä yrittää olla täydellinen vanhempi eikä muutenkaan mitään muuta kuin oikeasti on. Bettelheimin mukaan hyvä kasvatusta antaa lapselle mahdollisuuden päästä itse selville siitä, kuka hän haluaa olla, ja auttaa sitten tulemaan itseensä ja elämäntapaansa tyytyväiseksi. ”Kyllin hyvän vanhemman on voitava tuntea itsensä varmaksi. Epävarma, ahdistunut ja aiheetonta syyllisyyttä poteva vanhempi ei kykene eläytymään lapsensa tarpeisiin empaattisesti. Vanhemman luottamus itseensä tekee mahdolliseksi luovuuden, itsenäisyyden, spontaaniuden ja ainutkertaisuuden säilyttämisen lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutuksessa ja tunnesuhteessa, mikä olennaisesti kuuluu kyllin hyvään vanhemmuuteen.” (Hirsjärvi & Huttunen 2001, 56-57.)

3 VANHEMMUUDEN HAASTEITA

Vanhemmuuteen sisältyy monia haasteita, eikä niihin oikein pysty valmistautumaan. Lapsen syntymä on kriisi sekä positiivisessa että negatiivisessa mielessä. Lapsen syntymä muuttaa vanhemman elämän, koettelee jaksamista ja tuo parisuhteeseen uuden roolijaon. Se herättää tietoisia ja tiedostamattomia mielikuvia omasta lapsuudesta ja suhteesta omiin vanhempiin. Vanhemmuuteen liittyvistä tunteista monet koetaan hämmentävinä, kiellettyinä ja häpeällisinä. Etenkin ne tunteet, jotka liittyvät jaksamiseen, riittämättömyyteen ja vanhemmuudesta selviämiseen. Aina näistä tunteista ei uskalleta puhua edes oman puolison kanssa. (Kaimola 2005, 14-15, aiheesta myös Janhunen & Oulasmaa 2008, 6.)

Kehitysyhteisöjen moninaistuminen haastaa vanhemmuuden - artikkelissa luetellaan erilaisia syitä siihen, miksi vanhemmuudessa voi olla pulmia. Näitä syitä voivat olla: 1. Toimeentulosta johtuvat huolet, jotka vaativat liikaa aikaa ja energiaa, 2. Omat ongelmat, esimerkiksi päih-

de- tai mielenterveysongelmat, jotka ovat jääneet hoitamatta tai muuten hallitsevat vanhempien elämää, 3. Yksinäisyys, jolloin lähestukea ei ole saatavilla ja tarjolla oleva ammatillinen tuki ei vastaa perheen tarpeita, 4. Ylihuolehtivuus, jolloin lapsi hallitsee vanhempien elämää ja 5. Vanhempien kiire ja harrastukset menevät lapsen edelle. (Kehitysyhteisöjen moninaistuminen... 2008, 14.)

Nykyisin isona vanhemmuuden ongelmana voidaan pitää vanhempien eristyneisyyttä tukivan vanhemmuuden puuttuessa. Kunnallista kotiapua on vaikea saada, ja lapsen hoitopaikat voivat vaihtua usein. Kaikilla ei myöskään ole isovanhempia lastenhoidon tukena. (Cacciatore 2005, 37.) Rönkä, Malinen & Lämsä taas kirjoittavat nykypäivän arjesta ja sen haasteista lapsiperheessä. Heidän mukaan nykypäivän arkea kuvaa "...kamppailu työn ja perheen sekä muiden elämänalueiden yhteensovittamisesta sekä ajan riittävyydestä niihin asioihin, joita pidetään tärkeinä". Nykyisin taistellaan hektisestä työelämästä peräisin olevia paineita vastaan ja yritetään nollata niitä. (Rönkä, Malinen & Lämsä 2009, 13-14.)

Suurimmat haasteet vanhemmuudessa liittyvät Kaimolan (2005, 15) mukaan vanhempien kykyyn eläytyä juuri tähän lapseen ja nuoreen. Näitä haasteita tulee läpi lapsen kehityksen vauvaiästä lapsen itsenäistymiseen. Jokainen lapsi perheessä on erilainen mm. perustemperamentiltaan, persoonaltaan, tarpeiltaan ja tavoiltaan ilmaista itseään. Vastuu lapsen tukemisesta ja houkuttelemisesta yhteyteen kanssaihminen kanssa on aina vanhemmilla. Haastetta voi tulla sinä, että lapsen ja vanhemman temperamentit voivat olla hyvin erilaiset, ja se voi vaikuttaa lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen.

3.1 Työelämä

Vanhemmuuteen haasteita tuovat työelämän muutokset. Työsuhteet voivat olla turvattomia tai lyhyitä, ja työn kuormittavuus on lisääntynyt. Työelämä ei kovin hyvin ota vanhemmuuden tarpeita huomioon. Työelämän kiihtyneessä rytmissä vanhemmuudelle jää yhä vähemmän aikaa. (Kehitysyhteisöjen moninaistuminen... 2008, 13-14; Kivimäki 2003, 186; Kinnunen & Mauno 2002, 99-100.) Yhä vaativammaksi käyvä työ vie vanhempien aikaa ja voimia (Rönkä, Viheräkoski, Litsilä & Poikkeus 2002, 66). Sinkkonen (2008, 19) puolestaan kirjoittaa siitä, miten vanhemmat kokevat asiantuntijoiden syyllistävän heitä pitkistä työpäivistä ja liian vähäisestä yhteisestä ajasta lasten kanssa.

Työn ja perheen yhteensovittaminen on suuri haaste lapsiperheissä. Vanhemmat joutuvat pohtimaan ajan ja voimien riittävyyttä sekä ansiotyölle että palkattomalle hoiva- ja kotityölle. Lisäksi vanhemmat joutuvat pohtimaan ansioiden ja/tai tulonsiirtojen riittävyyttä perheen elättämiseen. Päänvaivaa aiheuttaa myös se, heikentääkö vai vahvistako vanhemmuus asemaa työmarkkinoilla. (Lammi-Taskula & Salmi 2009, 38.)

Nykyisin lapsiperheiden arjen toimivuutta hankaloittavat monet asiat. Näitä ovat työn epävarmuus, kiireisyys ja henkinen paine, sillä ne voivat kulkeutua perheeseen ja vaikuttaa haittaavasti sekä lapsen ja vanhemman väliseen suhteeseen että parisuhteeseen. Lisäksi tyydyttävän perhe-elämän esteenä voidaan nähdä yhteiskunnan toiminta-areenojen aikataulut, kun nykyisin eletään yhä enemmän tilanteessa, jossa palvelujen tulisi olla saatavilla 24 tuntia vuorokaudessa. Tämä johtaa ilta- ja yötöiden lisääntymiseen. Tästä syystä työaikojen, päivähoitoaikojen ja perheen ja lasten elämän yhteensovittaminen voi olla hankalaa. (Rönkä ym. 2009, 16; Kinnunen, Malinen & Laitinen 2009, 126-127.)

Jallinojan tutkimuksessa käy ilmi, että monilla vanhemmilla löytyy halua hellittää työssä, mutta olosuhteet asettavat esteitä sen toteutumiselle. Perheelle ja perhe-elämälle annettavaa aikaa pidetään tärkeänä, mutta reaalielämässä sen toteuttamista ei pidetä mahdollisena. (Jallinoja 2006, 149.)

3.2 Kasvatusyhteisöt ja vanhemmuus

Asiantuntijatieto ja vuorovaikutus ammattilaisten kanssa toimivat parhaimmillaan vanhemman tukena rikastuttaen ja selkeyttäen toimintaa ja näkemyksiä. " ...samaan aikaan kun vanhemmuudesta on tullut aiempaa velvoittavampi tehtävä, socialisaatioympäristössä tapahtuneet muutokset ovat haurastuttaneet isänä ja äitinä toimimisen edellytyksiä." Laadukas varhaiskasvatus tarjoaa sekä lapsille tärkeän ympäristön leikkiin ja oppimiseen että vanhemmille tilan, jossa on mahdollista jakaa vanhemmuuteen liittyviä iloja ja suruja, epävarmuuden tunteita ja selviytymisen kokemuksia sekä henkilökunnan että toisten vanhempien kanssa. (Korhonen 2006, 64.)

Alasuutarin tekemien haastattelujen pohjalta voidaan sanoa, että "vanhemmat tulkitsevat päivähoidon ja erityisesti päiväkotitoiminnan tärkeäksi osaksi alle kouluikäisen lapsen kasvatamista". Päivähoidon merkitys tulkitaan erityisesti pedagogis-opetuksellisista ja kasvatuksellisista lähtökohdista. Vanhemmat kokevat päivähoidon luonnollisena ja tarpeellisena osana alle kouluikäisen lapsen kasvatusta. Tämä on johtanut siihen, että lasta kotonaan hoitavat joutuvat perustelemaan ja oikeuttamaan ratkaisuaan selittämällä lapsen saavan kotona kaikeksi sen saman, mitä päiväkodin tulkitaan antavan lapsen kehityksen tukemiseksi. (Alasuutari 2003, 162.)

Lapsen kasvatusta pidetään nykyisin projektina, ja se puolestaan kertoo lapsen kasvatuksen ammatillistumisesta. Tällä tarkoitetaan ammatillisten ajattelutapojen leviämistä ja vakiintumista vanhempien kasvatustulkintoihin. Nykyisillä vanhemmilla lapsen kasvatuksessa on mukana suuri joukko kasvatuksen ammattilaisia välittämässä ammatillista näkökulmaa lap-

seen, lapsen kasvatukseen ja vanhemmuuteen. Lisäksi kasvatuksen tutkimuksen lisääntyminen ja median vahva rooli ovat edistämässä tieteellisten ja kasvatuksen ammattilaisten tulkintojen juurtumista yleisiksi kulttuurisiksi tulkintamalleiksi. Tämä tarkoittaa ammatillisten tulkintojen perusmallien ja ydinasioiden muuntumista osaksi arkipäivän tulkintoja. (Alasuutari 2003, 165-166.)

Eskelinen lainaa kirjassaan Piirilän päättötyötä seuraavasti: "Yhteiskunta on ottanut paljon lapsen kasvatukseen liittyviä tehtäviä. Se on suorastaan velvoittanut molempien vanhempien työssäkäynnin, jolloin luonnollisestikin suurimman osan arkipäivästään lapsi viettää ammattikasvattajien seurassa. Kun vielä työssäkäynnin lisäksi vapaa-ajan täyttävät erilaiset harrastukset, ei vanhemmilla jää aikaa lapsilleen. Yhteiskunta on luonut järjestelmän, jossa vanhempien osuutta kasvatuksessa on raivattu liiankin kanssa. Järjestelmä vieraannuttaa vanhemmat arvokkaasta kasvatustehtävästään." (Eskelinen 2000, 88-89.)

Niille vanhemmille, jotka tarvitsevat tiivistä ja konkreettista apua ja tukea äitinä tai isänä olemiseen, saattaa lapsen arjen ympärille rakentuva sosiaalinen tukiverkosta olla riittämätön. Kuitenkin vanhemman toimiva vuorovaikutus päivähoidon ammattilaisten kanssa saatataa madaltaa apua tarvitsevan kynnystä vastaanottaa varhaiskasvatuksen ulkopuolelta tulevaa ammattilaisten tukea. Päättäjien tehtävänä on huolehtia siitä, että tukea tarvitseville perheille on tarjolla asiantuntevaa apua. (Korhonen 2006, 65.)

3.3 Yhteiskunnan muutokset ja vanhemmuus

Vanhemmuutta haastavat lasten kehitysyhteisöjen moninaisuus ja asuinympäristöjen muuttuminen. Perheet voivat myös muuttaa usein, ja se vaikeuttaa juurtumista asuinyhteisöön. Työ ja opiskelu vievät perheitä pois lähisukulaisten luota, ja se vie pois läheistukea. Lisäksi 1990-luvun laman myötä peruspalvelut rapautuivat monissa kunnissa. (Kehitysyhteisöjen moninaistuminen... 2008, 13-14.)

Tammisen (2000, 8) mukaan "Voimakas muuttoliike, eriytynyt perhe-elämä ja yksilökeskeinen, kiireinen elämäntapa ajavat lapsiperheet melkoiseen sosiaaliseen yksinäisyyteen. Isovanhemmat, sukulaiset ja elämänmittaiset ystävät ovat kaukana, jos heitä ylipäättään on. Kuitenkin uuden elämän alkaessa perheen pitkien ihmissuhteiden kautta toteutuvan tuen tarve on suurimmillaan."

Kristeri (2002, 22) kirjoittaa huomanneensa, että tämän päivän vanhemmuus vaatii lähinnä ylivanhemmuutta. Vanhempien on omattava vahva itsetunto jaksakseen uskoa itseensä kasvattajana. Joukkotiedotusvälineissä on runsaasti hyviä neuvoja siihen, miten pitää toimia, jotta lapsesta kasvaa vahva ja itsetuntoinen aikuinen. Kauas on jäänyt se aika, jolloin pelkän

maalaisjärjen uskottiin riittävän. Nyt vanhemmat yrittävät parhaansa mukaan toimia kasvatustalan ammattilaisten ohjeiden mukaan.

Vanhempana oleminen on tullut myös yhä vaikeammaksi. Oman lapsen lapsuus on muuttunut hyvin toisenlaiseksi kuin vanhemman lapsuus on ollut. On vaikeaa ymmärtää lasta ja monia häneen vaikuttavia tekijöitä. Mediat, mainokset, muoti, nuorten idolit jne. ovat tulleet uudeksi kansankasvattajiksi ja samalla nousseet uhkaamaan äidin ja isän asemaa lastensa ensisijaisina kasvattajina. Vanhemmat yrittävät antaa lapselleen kaiken sen, mikä vain on mahdollista. Vanhemmat myös sitoutuvat moniin hyviin asioihin, joita ajattelevat lastensa tarvitsevan, kuten harrastuksiin ohjaaminen ja niihin kuljettaminen. (Heikkilä & Luumi 2003, 103-104.)

”Nopeasti muuttuvissa yhteiskunnissa tulevaisuus ”tyhjentyy” ja siksi vanhempien on vaikea tietää millaiseen maailmaan lapsia kasvatetaan.” Omaan kokemukseen ei voida nojata ja tämä aiheuttaa epävarmuutta. Tämän päivän kasvattajilla on edessään vastausten miettiminen ennen ratkaisemattomiin kysymyksiin. Elämykset ja vaikutteet vaihtuvat jatkuvasti lasten elämässä, ja tästä syystä lapset tarvitsevat aikuisten tuomaa jatkuvuutta, turvaa ja jäsenyyttä omaan elämäänsä. Samaan aikaan turvallisen ja vaarallisen, hyvän ja pahan, kielletyn ja sallitun välinen raja on muuttunut monimutkaiseksi, ja yksiselitteisten ratkaisujen löytäminen ei ole helppoa. Näissä tilanteissa vanhemmat ja kasvattajat tuntevat epävarmuutta, sillä he eivät voi nojata edellisten sukupolvien kokemuksiin. Lisäksi monet vanhemmat ovat väsyneitä ja kiireisiä, eikä heillä sen vuoksi ole aikaa tai voimia toimia johdonmukaisesti. (Korhonen 2006, 61-63.)

Korhosen mukaan vanhemmuus on moninaistunut. Monet vanhemmat kohtelevat lapsiaan ystävällisesti ja kunnioittaen sekä hyviin tapoihin ohjaten. Vanhempien ja lasten välisessä suhteessa on sellaista vastavuoroisuutta, jota aiempien sukupolvien lapsilla ja vanhemmilla ei ollut. Samalla törmäämme myös tilanteisiin, jossa vanhemmat neuvottelevat kiukuttelevan lapsen kanssa. Terve maalaisjärki varmasti auttaisi vanhempia hankalissa tilanteissa. Yhteiskuntamme on kuitenkin tullut aiempaa monimutkaisemmaksi, joten uudenlaisen kasvatuskulttuurin luominen ei välttämättä ole helppoa. Sen sijaan, että päivitellään vanhempien epävarmuutta, olisi hyödyllisempää miettiä, miksi vanhemmuus on käynyt niin vaativaksi ja vaikeaksi. (Korhonen 2002, 59-60.)

Lapsen haavoittuvuudesta saadaan yhä enemmän tietoa, ja se on muuttanut aikuisten suhtautumista lapsiin. Vanhemmilla on jatkuvasti saatavilla yhä enemmän tietoa siitä, mikä on hyvää ja mikä huonoa lapsen kehityksen kannalta. Myönteisten vaikutusten ohella tämä on johdantanut myös lasten liioiteltuun hemmotteluun ja ylihuolehtimiseen. Lapselle ei uskalleta tuottaa mielipahaa virheen tekemisen pelossa, ei edes silloin, kun se lapsen kehityksen ja toimivan yhteiselämän kannalta olisi perusteltua. Saattaa olla niin, että tarkentunut tieto lapsen

normaalista kehityksestä vain lisää ahdistusta siitä, ettei vanhempi pysty vastaamaan kehittyvän lapsen tarpeisiin. Tämä saattaa lisätä paineita siitä, että vanhempi yrittää välttää riskejä ja luo hyvät olosuhteet lapsen yksilölliselle kehitykselle. (Korhonen 2002, 65-66; Korhonen 2006, 61.)

Korhosen (2006, 57) mukaan tämän sukupolven vanhemmilla on edessään uusia haasteita. ”Lapsen yksilöllisyyden huomioonottamisesta on tullut hallitseva ideologia, jota vanhemmillaan eivät voi sivuuttaa.” Tämä yksilöllisyyden korostus ei ole perinteisesti kuulunut suomalaiseseen kotikasvatusperinteeseen, mutta ammatillistuneen kasvatuksen myötä siitä on tullut myös osa kotikasvatusta. Lisäksi lapsesta on tehty asiakas lapsuuden eri instituutioissa, ja hänen tarpeitaan pyritään kunnioittamaan. Tästä tulee lisää haasteita myös ammattilaisten toiminnalle lasten ja perheiden parissa.

Eskelinen kysyy kirjassaan, ovatko vanhemmat luopuneet kasvatusvastuustaan vapaaehtoisesti? Vanhemmat ovat uskoneet erilaisia perusteluja siitä, miten lapsen on tarpeen saada vapautta, vastuuta ja mahdollisuuksia valita itse oma tiensä. Tänä päivänä osataan hienoilla selityksillä perustella sitä, miksi ongelmiin ei tarvitse tarttua. Samalla tämä antaa mahdollisuuden välttää ottamasta itse vastuuta. Kasvattaminen on kuitenkin vanhemmille annettu oikeus, ja jos sitä eivät käytä vanhemmat, käyttää sitä joku toinen. Etenkin nuorella kaveripiirin vaikutus on suuri, ja kaveripiirin säännöt voivat muodostua nuoren ohjenuoraksi, ellei nuorelle ole sitä ennen ehtinyt tulla käsitystä oikeasta ja väärästä. (Eskelinen 2000: 89.)

4 OPINNÄYTETYÖ

Tässä luvussa kerron opinnäytetyön tavoitteista ja arviointimenetelmistä. Opinnäytetyön tavoitteet liittyvät ryhmän toimintaan, mutta olen asettanut itselleni myös henkilökohtaiset tavoitteet. Arviointimenetelminä käytin kirje- ja lomakearviointia, ja näistä kerron omissa alaluvuissaan.

4.1 Tavoitteet

Ryhmätoiminnan, ja samalla opinnäytetyöni, tavoitteina olivat: 1. Vanhemmuuden tukeminen ryhmän avulla ja 2. Vertaistuen saaminen ja antaminen samassa elämäntilanteessa olevien kesken.

Vanhempainryhmän ensisijainen tavoite oli tukea vanhempia heidän vanhemmuudessaan ryhmän avulla. Ryhmässä keskustelemalla oli tarkoitus saada ja antaa vinkkejä lasten kanssa olemiseen ja tekemiseen. Ryhmässä oli mahdollisuus saada tukea muilta vanhemmilta sekä

minulta ryhmän ohjaajana. Ryhmän yhtenä tavoitteena oli siis saada ja antaa vertaistukea muilta ja muille samassa elämäntilanteessa oleville. Samalla oli mahdollisuus antaa vanhemmille aikaa keskustella rauhassa vanhemmuuteen liittyvistä asioista ilman lapsia. Ainoan aikarajan toi ryhmäkerran kesto.

Omat henkilökohtaiset tavoitteeni liittyivät ryhmän ohjaamisen taitoihin. Ryhmän ohjaamisella haen vastauksia seuraaviin kysymyksiin: 1. Miten osaan toimia ryhmän ohjaajana dialogiselta pohjalta? 2. Miten pystyn omalla ammatillisella taustallani ja ammattitaidollani tukemaan vanhempia heidän vanhemmuudessaan? 3. Miten vanhemmat saavat tunteen siitä, että ryhmään osallistuminen on tukenut ja auttanut heitä omassa vanhemmuudessaan?

4.2 Arviointimenetelmät

4.2.1 Kirjearviointi

Jokaisen ryhmäkerran päätteeksi vanhemmat kirjoittivat kirjearvioinnin. Tässä kirjeessä he saivat arvioida vapaamuotoisesti ryhmäkerran aihealuetta ja sen käsittelyä. Arvioinnin kohteena olivat myös minun toimintani ryhmän ohjaajana. Kirjeessä he saivat tuoda esille myös omia ajatuksiaan aihealueeseen liittyen. Kirje kirjoitettiin nimettömänä joko todelliselle tai kuvitteelliselle ystävälle. Tämän arvioinnin pohjalta suunnittelin seuraavaa ryhmäkertaa ottaen huomioon kirjeessä esitetyt mahdolliset toiveet ja kritiikki. Kirjearviointia käytin myös kunkin kerran itsearvioinnin pohjana.

Kirjearvioinnin valitsin yhdeksi arviointimuodoksi sen vapaamuotoisuudesta johtuen. Se antoi vanhemmille mahdollisuuden pohtia keskustelun kohteena ollutta vanhemmuuden roolia vapaamuotoisesti ja omia tunteitaan sekä ajatuksiaan esille tuoden. Näiden pohdintojen avulla minulla oli mahdollisuus saada tietoa siitä, millaisia ajatuksia käsiteltävänä ollut rooli oli vanhemmissa herättänyt, ja miten olin onnistunut kunkin ryhmäkerran ohjauksessa.

4.2.2 Lomakearviointi

Viimeisellä tapaamiskerralla vanhemmat täyttivät palautelomakkeen. Lomakkeessa oli erilaisia kysymyksiä liittyen ryhmän järjestelyihin, käsiteltyihin aihealueisiin, ryhmän ilmapiiriin ja hyödyllisyyteen sekä ohjaajan toimintaan. Osaan kysymyksistä vastattiin kyllä tai ei, osaan oli arviointiasteikko 1-5, jossa 1 tarkoitti täysin samaa mieltä ja 5 täysin eri mieltä. Lomakkeen lopussa oli myös avoimia kysymyksiä. Tämä lomake on ryhmän hyödyllisyyden ja tarpeellisuuden arvioinnin sekä itsearvioinnin pohjana.

Ryhmän järjestelyihin liittyvät vastaukset antoivat esimiehelleni tärkeää tietoa siitä, miten ryhmään osallistuvat vanhemmat olivat ne kokeneet. Ryhmässä käsiteltyjä aihealueita koskevat vastaukset antoivat tietoa siitä, miten vanhemmat kokivat roolikartan käsittelyn tuke-
neen omaa vanhemmuuttaan ja miten he kokivat saaneensa apua ja tukea omaan vanhemmuuteensa. Samalla näiden kysymysten vastaukset antoivat vastauksen myös siitä, miten ryhmän tavoitteet olivat toteutuneet. Ryhmän ilmapiiriä ja hyödyllisyyttä koskevilla kysymyksillä hain vastausta siihen, millaisena vanhemmat kokivat ryhmän ilmapiirin (mm. luottamuksellisuus) ja kokivatko he ryhmän olleen heille hyödyksi vanhempana. Ohjaajan toimintaa koskevilla kysymyksillä hain vastauksia omaan toimintaani ryhmän ohjaajana liittyen, ja samalla hain niillä vastauksia omissa henkilökohtaisissa tavoitteissa onnistumisessa.

5 VANHEMPAINRYHMÄ

Vanhempainryhmä oli suunnattu, kuten johdannossa mainitsin, asukaspuistoa käyttäville vanhemmille. Asukaspuiston käyttäjien joukosta arvelimme yhdessä esimieheni kanssa löytyvän halukkaita vanhempia osallistumaan tällaiseen ryhmään. Lisäksi asukaspuiston käyttäjät ovat pääsääntöisesti pikkulapsiperheitä, ja heille tällaisen ryhmän olin ajatellutkin. Kun lapset ovat pieniä, vanhemmat ovat yleensä halukkaita ja innokkaita pohtimaan vanhemmuuteen liittyviä asioita. Tämän vaiheen näen ja koen itse hyvin hedelmällisenä vaiheena vanhemmuuteen liittyvien asioiden pohtimiselle.

5.1 Prosessin kulku

Prosessi alkoi keskustelulla esimieheni kanssa keväällä 2008. Esittelin hänelle erilaisia ideoita opinnäytetyöni aiheiksi, ja hänen mielestään vanhemmuuden tukeminen ryhmän avulla kuulosti hyvältä ja tarpeelliselta. Kun aiheesta oli sovittu esimiehen kanssa, esittelin sen opinnäytetyöni aiheeksi koululla toukokuussa 2008, jossa sain hyväksynnän sille.

Elokuussa 2008 keskustelin asukaspuiston työntekijöiden kanssa siitä, millaisia aiheita vanhempainryhmässä olisi heidän näkemyksensä mukaan hyvä käsitellä, ja samalla kerroin aiheestani käyttää ryhmäkertojen pohjana Vanhemmuuden roolikarttaa. Heidän näkemystään käsiteltävistä aiheista pidin tärkeänä siksi, että he kohtaavat vanhempia päivittäin omassa työssään ja puhuvat heidän kanssaan monista vanhemmuuteen liittyvistä asioista. Heillä on tietoa siitä, mitkä vanhemmuuteen liittyvät asiat puhuttavat ja askarruttavat vanhempia. Näistä asioista puhuin myös esimieheni kanssa, ja hän piti hyvänä ajatuksena käyttää ryhmän pohjana Vanhemmuuden roolikarttaa.

Syyskuun alussa 2008 vein asukaspuistoon mainoksen alkavasta ryhmästä, ja samalla pyysin työntekijöitä markkinoimaan ryhmää asukaspuistossa käyville vanhemmille. Huolta herätti se, löytyykö asukaspuiston käyttäjien joukosta riittävästi halukkaita vanhempia ryhmään osallistumiseen. Opinnäytetyön ohjaajan kanssa olimme sopineet sopivaksi ryhmäkooksi neljä vanhempaa. Mietin myös vaihtoehtoisia opinnäytetyöaiheita siltä varalta, että halukkaita vanhempia ei tule riittävästi. Syyskuun ja lokakuun aikana vanhempia ilmoittautui neljä kappaletta.

Lokakuun 2008 aikana hahmottelin toimintakertojen runkoa. Roolikartassa on viisi roolia, ja nämä roolit päätin pitää tapaamiskertojen pohjana. Tapaamisia olin ensin ajatellut seitsemän, joista viisi menisi roolikartan käsittelyyn, yksi tutustumiseen ja yksi vuorovaikutusleikkeihin yhdessä lasten kanssa. Päätin pitää vielä kahdeksannen tapaamisen, joka käytettäisiin vapaaseen keskusteluun ja arvioinnin tekemiseen. Kysyin asiaan suostumuksen ensin ohjaajaltani, sitten esimieheltäni ja lopuksi ryhmän vanhemmilta. Kaikille asia sopi, joten tapaamisia tuli kaikkiaan kahdeksan. Ensimmäinen tapaaminen oli 24.10.2008 ja viimeinen 27.2.2009.

5.2 Tutkimuksen menetelmät

Tutkimuksen menetelminä ovat ryhmätoiminta, Vanhemmuuden roolikartta ja videointi. Käsittelem näitä menetelmiä omissa alaluvuissaan.

5.2.1 Ryhmätoiminta

”Ohjaaja tarvitsee vuorovaikutustaitoja voidakseen luoda turvallisen ryhmän.” Ryhmän ohjaajan ja ryhmän välinen vuorovaikutus on yksi merkittävimmistä ryhmän turvallisuuteen vaikuttavista tekijöistä. Ryhmän turvallisuutta syventää myös ohjaajan taito olla eri mieltä ryhmän jäsenten kanssa. Omien heikkouksien ilmaiseminen, omien virheiden myöntäminen ja jopa oman pimeän puolen paljastaminen lisäävät merkittävästi ryhmän turvallisuutta. (Aalto 2002, 7, 12, 33, 64.)

Ryhmänohjaajan keskeisiin tehtäviin kuuluvat mm. seuraavat asiat Kaukkilan ja Lehtosen mukaan (2007, 63–73): 1. Ajan antaminen tavoitteille ja tutustumiseen: ryhmänohjaajan tehtävänä on rohkaista ryhmän jäseniä tutustumaan toisiinsa ja vähentää uuden ryhmän jännitystä. Ryhmänohjaajan on samalla vältettävä ottamasta liian suuren taakan ottamista itselleen. 2. Luottamuksen ja turvallisuudentunteen herättäminen: ryhmänohjaaja painottaa sitä, että ryhmässä puhutut asiat jäävät ryhmän sisäisiksi. 3. Havainnoiminen ja tunteiden hyväksyminen: ryhmänohjaaja kannustaa, mutta ei painosta, omista tunteista puhumiseen, ja samalla hyväksyy itse ryhmäläisten erilaiset tunteet. Ryhmänohjaaja havainnoi ryhmää, mutta ei tee tulkintoja.

Dialogi kuuluu keskeisesti ryhmän dynamiikkaan ja vuorovaikutukseen. ”Dialogi on luova prosessi, jossa eläydymme eri ratkaisuvaihtoehtoihin ja kyseenalaistamme omia ajatusmallejamme. Dialogin kautta voimme tietoisesti testata erilaisia ja meille uusia ajatuksia, uskomuksia, teorioita ja käsityksiä.” Syvällinen kuuntelemisen taito kuuluu oleellisesti dialogiin. Tärkeää on osata kuunnella toista, itseään sekä vuorovaikutusta itsensä ja muiden välillä. Kuuntelemiseen taitoon kuuluvat keskittyminen, kunnioittaminen, odottaminen ja suora puhe. Hyvän dialogin rakennusaineita ovat 1. osallistuminen ja vaikuttaminen (jokaisella ryhmän jäsenellä mahdollisuus vaikuttaa keskustelun aiheeseen), 2. taito ja tahto (keskittymiskyky, kärsivällisyys sekä taito kuunnella muita, perustella väitteitä ja tehdä kysymyksiä), 3. huomiointi ja huolenpito (toisen ihmisen kunnioitus, huomioonottaminen ja huolenpito sekä keskinäinen tasavertaisuus), 4. vilpittömyys (rehellisyys ja vilpittömyys itseä ja muita kohtaan) ja 5. kriittinen itsearviointi (omien ja muiden uskomusten ja ennakko-oletusten tarkastelu). (Kaukkila & Lehtonen 2007, 37-38, 40.)

Vuorovaikutuksessa dialogisuus on ”tapa toimia ja kohdata toinen toisensa”. Dialogi on vuoropuhelua, jossa on oleellista keskittyä kuuntelemaan ja olemaan avoimena tuleville asioille. Dialogissa on tarkoituksena kuunnella aidosti sekä itseä että muita, ja tämä vaatii kykyä eläytyä toisen ihmisen asemaan. Dialogissa on tarkoitus välttää nopeiden johtopäätösten tekemistä ja antaa sen sijaan asioiden leijua ilmassa. (Vilén & Leppämäki & Ekström 2002: 65, katso myös Peavy 1999: 87-88.)

Oman ohjaukseni tarkoitus oli antaa tukea vanhemmille. Ryhmässä keskustelemalla oli tarkoitus löytää ja huomata niitä asioita, jotka ovat toimivia ja sujuvat hyvin. Ongelmiin oli mahdollista saada neuvoja ja tukea sekä minulta ohjaajana että muilta vanhemmilta. Päivähoidon ammattilaisena voin antaa vinkkejä erilaisiin lapsen kanssa eteen tuleviin ongelmiin. Samanlaisia vinkkejä oli mahdollisuus saada myös muilta vanhemmilta. Halusin antaa vanhemmille tunteen sekä siitä, että apua ja neuvoja on saatavilla mutta myös siitä, että heillä on tietoa ja kokemusta, jota voi jakaa muille.

Ryhmän toiminnan on tarkoitus olla vuoropuhelua kaikkien siihen osallistuvien kesken. Tavoitteena on keskustella asioista toisia kuunnellen ja kunnioittaen, ja kuunnella, mitä toisilla on sanottavana. Johtopäätöksiä toisen puheista ei ole tarkoitus tehdä, vinkkejä ja neuvoja saa ja voi antaa. Minun ryhmän ohjaajana on etenkin keskityttävä kuuntelemaan ja olemaan avoin niille asioille, joita ryhmään osallistuvat vanhemmat nostavat esille. Minun on myös ohjaajana pystyttävä asettumaan vanhemman asemaan, jotta voisin ymmärtää ja tukea häntä oikealla tavalla.

5.2.2 Vanhemmuuden roolikartta

Ryhmän aiheet perustuivat vanhemmuuden roolikarttaan ja sen aihealueisiin. Vanhemmuuden roolikartan otin ryhmäkertojen pohjaksi siksi, että siinä käydään mielestäni läpi kaikki oleellisesti vanhemmuuteen liittyvät asiat. Jokaiseen isoon aihealueeseen on kirjattu siihen liittyviä pienempiä osa-alueita. Näin näistä aiheista on helppo saada keskustelua ja syventyä näihin alueisiin tarkemmin. Lisäksi vanhemmilla oli mahdollisuus keskustella ryhmän aikana myös muista aiheista, jotka eivät liittyneet suoranaisesti Vanhemmuuden roolikarttaan.

Vanhemmuuden roolikartta on Suomen Kuntaliiton laatuprojekti LASSOn aikana syntynyt tuotos, joka on kehitetty työ- ja arviointivälineeksi, ja se "...on syntynyt Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymän Halikon ja Kaarinan lastenkotien henkilökunnan kehittämistyön tuloksena" (Helminen & Iso-Heiniemi 1999: 6). Roolikartan tarkoitus on jäsentää vanhemmuutta ja tuoda siihen selkeyttä. Vanhemmuus esitetään erilaisina rooleina, joissa tulee esille se, että vanhemmuus on pohjimmiltaan sellaista arkista osaamista, joka kaikkien vanhempien on mahdollista oppia. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999: 5.) Vanhemmuuden roolikartta on suojattu tavaramerkki.

Vanhemmuuden roolikartta on joustava työväline ja sen käyttö riippuu käyttötarkoituksesta ja tavoitteesta. Roolikartta mahdollistaa työntekijän henkilökohtaisen työtteen ja viitekehysten. Karttaa käytetään keskustelun apuvälineenä jäsentämään ja havainnollistamaan ajattelua. Roolikarttaa käyttäessään työntekijä voi käyttää omaa luovuuttaan ja intuitiotaan. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999, 16.)

Vanhemmuuden roolikartassa roolit on jaettu päärooleihin ja alarooleihin. Alaroolit ovat toiminnan ja tekemisen tasoja. Vanhemmuuden roolit ovat myös osittain päällekkäisiä, sillä elämä ei ole lokeroitunutta vaan moninaista. Päärooleja ovat huoltaja, rakkauden antaja, elämän opettaja, ihmissuhdeosaaja ja rajojen asettaja. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999: 24-29.)

"Huoltajan rooli on erityisen tärkeä arkielämän ja säännöllisen perhe-elämän ylläpitämisessä ja rutiinien muodostamisessa." Useista huoltajan alarooleista löytyy yhtäläisyys myös rajojen asettajan ja elämän opettajan rooleihin. "Rakkauden antajana vanhempi luo naisellisen /miehisen itsetunnon ja itseluottamuksen pohjaa lapselleen." Yhtä tärkeää on sekä osoittaa rakkautta lapselleen että vastaanottaa sitä lapseltaan. Jotta voi antaa ja vastaanottaa rakkautta, on osattava myös rakastaa itseään. Lapsen kehitykselle on välttämätöntä saada kokemus kannustuksesta ja arvostuksesta. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999: 24-25.)

Elämän opettajan rooliin kuuluvat sosiaalisten taitojen ja tapojen opettaminen. Lapsen koko elämään vaikuttaa se, minkälaisia suhteita hän oppii luomaan toisiin ihmisiin. Ne arvot, asen-

teet ja moraali, mitkä omaksutaan lapsuudessa ja nuoruudessa, ovat melko pysyviä. Ihmis-suhdeosaajan roolia voi kuvailla näin: "Ihminen syntyy tuntevana ja tunteiden kehitys jatkuu läpi ihmisiän. Omien tunteiden ja tarpeiden tunnistaminen ja ilmaiseminen opitaan lapsuudessa. Positiivisen minäkäsityksen syntymisen edellytyksenä on kuulla myönteisiä asioita itsestään. Lapsi tarvitsee kokemuksia myös kuulluksi ja ymmärretyksi tulemisesta." Rajojen asettajan roolissa "vanhemman tehtävänä on taata lapselle turvallinen lapsuus". Rajojen asettaminen on osa turvallisuutta. Lapsi tuntee olonsa turvattomaksi ilman rajoja. Aggressiivinen käytös voi olla merkki lapsen tai nuoren turvattomuuden tunteesta. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999: 26-29.)

5.2.3 Videointi

Jokaisen ryhmäkerran videoin myöhempää tarkastelua varten. Ryhmäkerran jälkeen annoin kyseisellä kerralla kuvatut DVD:t esimiehelleni, joka sai katsoa ne ja antaa niiden pohjalta minulle vertaisarviointia. Videointia hyödynsin myös toiminnan kuvaukseen opinnäytetyössä. Videointi oli tarpeen myös siitä syystä, että ohjasin ryhmää yksin, ja näin pystyin keskittymään kirjaamisen sijasta käytäviin keskusteluihin ja ohjaamaan niitä. Videoinnin myötä näitä keskusteluja pystyy hyödyntämään opinnäytetyössä.

Videot olen luvannut "tuhota" sen jälkeen, kun en niitä enää tarvitse. Ensimmäisellä kerralla pyysin vanhempia allekirjoittamaan suostumuksen ryhmäkertojen videoimiseen ja näiden videoiden hyödyntämiseen opinnäytetyön tekemisessä.

5.3 Ryhmän ohjaamisen menetelmät

Ryhmän ohjaamisen menetelmiin kuuluivat päiväkirja ja tulevaisuuden muistelu, vuorovaikutusleikki sekä vertaistuki, ja näistä kirjoitan omissa alaluvuissaan.

5.3.1 Päiväkirja ja tulevaisuuden muistelu

Pyysin vanhempia kirjoittamaan päiväkirjaa ryhmän ajan, ja kirjoittamaan siihen kokemuksiin ja näkemyksiään vanhempana olemisesta. Päiväkirja sai olla vapaamuotoinen, ja kirjoitettavat aiheet he saivat valita itse. Yhdeksi aiheeksi annoin omat vahvuudet vanhempana. Näin siitä syystä, että itsessään näkee helposti puutteet ja kehittämistarpeet vanhempana, ja ne vahvuudet jäävät turhan usein huomiotta. Vanhempana tuntee usein syyllisyyttä lähes kaikesta mahdollisesta, ja nyt halusin heidän kiinnittävän huomiota erityisesti niihin asioihin, jotka toimivat ja ovat hyvin. Kun kiinnitetään huomiota jo toimiviin asioihin, antaa se vanhemmalle onnistumisen tunteen ja sitä kautta se myös vahvistaa vanhemmuutta.

Päiväkirjan yhtenä osana oli tulevaisuuden muistelu, jossa katse suunnattiin kolmen vuoden päähän eli vuoteen 2012. Tulevaisuuden muistelu on ennakointidialogi, joka on psykososiaalisen verkostotyön käytäntö, ja sen yhtenä tarkoituksena on perheen arjen ongelmien ratkaisu sekä voimavarojen etsiminen ennakoiden perheen hyvää tulevaisuutta (Kokko 2006: 3). Tulevaisuuden muistelulla halusin heidän kiinnittävän huomiota erityisesti siihen, mitkä asiat tulevaisuudessa ovat hyvin ja toimivia, ja mistä he ovat tarvitessaan saaneet apua ja tukea. Tällaisen positiivisen tulevaisuuden näkymän kautta halusin tukea vanhempia ja saada heidät katsomaan tulevaisuuteen positiivisesti. Tulevaisuuden muistelu jää vain vanhempien omaksi iloksi, kuten myös päiväkirja suurimmalta osaltaan.

5.3.2 Vuorovaikutusleikki

Yksi ryhmätapaaminen oli yhdessä lasten kanssa, ja silloin oli tarkoituksena leikkiä vuorovaikutusleikkejä. Vuorovaikutusleikin pohjana on Ryhmä-Theraplay, ja toiminta etenee Ryhmä-Theraplayn mukaan. Alussa on aina hoiva ja lopussa herkkupala. Leikit ovat haastavia, jäsentäviä, haasteellisia ja hauskoja. Aikuinen toimii koko ajan johtajana ja pitää ohjat käsissään. Vuorovaikutusleikkien tarkoituksena on antaa vanhemmille ideoita leppoisaan ja mukavaan yhdessä olemiseen ja tekemiseen sellaisilla välineillä, joita jokaiselta löytyy kotoa. Tärkeintä on toimia yhdessä lapsen kanssa. Positiivinen tekeminen yhdessä lapsen kanssa antaa sekä lapselle että vanhemmalle onnistumisen kokemuksia, ja nämä kokemukset myös vahvistavat vanhemmuutta.

Ryhmä-Theraplayssä on neljä yksinkertaista sääntöä: 1. Satuttaa ei saa. 2. Pysytään yhdessä. 3. Pidetään hauskaa. 4. Aikuinen johtaa (tavallisesti ilman sanoja). Ilmapiiriin vaikuttavat eniten ohjaajan teot, eivät niinkään sanat. (Jernberg & Booth 2003: 345.)

Ryhmä-Theraplayn rituaaleihin kuuluvat tarkistukset ja syöttäminen. Nämä rituaalit aloittavat ja lopettavat ryhmäkerran. Ryhmäkerran alussa jokainen lapsi tarkistetaan, ja näin jokainen saa olla vuorollaan huomion kohteena. Tarkistuksessa lasta katsotaan ja ihaillaan, ja lapsi saa huolenpitoa pyytämättä. Ryhmäkerran lopuksi kaikki saavat herkkupalan. Aluksi vain aikuiset syöttävät ryhmän jäseniä, mutta ryhmän jäsenten luottamuksen kasvettua toisiinsa ja heidän totuttuaan toisiinsa voivat hekin syöttää toisiaan. (Jernberg & Booth 2003: 347-348.)

5.3.3 Vertaistuki

”Vertaistukea voi saada ja antaa monella tavalla ja useassa muodossa: kahden henkilön välillä, ryhmissä tai verkostoissa. Kahden samassa elämäntilanteessa olevan henkilön suhde voi syntyä spontaanisti, esimerkiksi ystävien, sukulaisten, työkavereiden tai naapurien kesken...

Vertaisryhmissä ennestään tuntemattomat henkilöt tapaavat toisiaan kerran viikossa tai kuu- kaudessa. Ryhmän aloitteentekijänä ja perustajina voivat toimia kansalaiset tai ammattilai- set yksin tai yhdessä. Ryhmissä ei ole mahdollista keskittyä vain omaan tilanteeseen, vaan tarkoituksena on jakaa kokemuksia toisten kanssa.” (Nylund 2005,203.)

Samanlaisia elämäkokemuksia omaavat tai samanlaisten ongelmien parissa elävät voivat an- taa toisilleen vertaistukea kokemuksia jakamalla ja tukemalla toisiaan elämässä eteenpäin (vertaistuki.net). Keskeistä vertaistuessa on kokemus siitä, ettei ole yksin elämäntilantees- saan tai ongelmiansa kanssa. Vertaistuki on vapaaehtoista ja vastavuoroista kokemusten vaih- toa. Se on tukemista samassa elämäntilanteessa tai samojen ongelmien kanssa painivien kes- ken. (tukiasema.net.)

Vertaistuki on vanhempainryhmässä tärkeä toimintamuoto. Monessa asiassa parhaat avut ja neuvot antaa toinen samassa tilanteessa oleva tai samat tilanteet elänyt ja kokenut. Van- hemmalle on mahdollisuus saada tunne siitä, että pystyy auttamaan omien kokemusten kaut- ta toista vanhempaa, ja uskon sen vahvistavan häntä itseään myös vanhempana.

5.4 Eettisyys

Eettiset kysymykset painottuvat omaan toimintaan ja ryhmässä käsiteltäviin asioihin. Ryh- män kokoontuessa ensimmäisen kerran kerroin omasta vaitiolovelvollisuudestani. Samalla pyysin, että ryhmässä puhutut asiat jäisivät ryhmän sisäisiksi eli kukaan ryhmään osallistuva ei puhu ryhmässä kuulemistaan asioista ulkopuolisille. Kaikki suostuivat siihen.

Omaa rooliani olin miettinyt paljon, etenkin kun siinä oli olemassa tietynlainen kaksoisrooli. Pääasiallinen roolini oli toimia ryhmän ohjaajana, ja siihen toimintani perustui. Toisaalta olin ryhmässä läsnä myös äitinä ja vanhempana, joka tietää ja ymmärtää vanhemmuuteen liitty- viä monenlaisia tunteita ja ajatuksia. Haaste tuli itselleni siinä, että muistin olla enemmän ryhmän ohjaaja ja vähemmän äiti/vanhempi. Tehtäväni ja tavoitteeni oli tukea näitä van- hempia omassa vanhemmuudessaan, ja tarkoituksena oli tehdä se ammattilaisena, joka tar- vittaessa hyödyntää omia kokemuksiaan vanhempana olemisesta.

Vanhempainryhmä ei ollut terapiaryhmä. Tarkoitus oli tukea vanhempia vanhemmuudessa. Mutta missä menee raja sen suhteen, että tuki on muuttumassa terapiaksi? Tämä rajanveto oli minun mietittävä tarkkaan ohjauksen suhteen. Vanhempainryhmän tuki voi olla ohjausta ja neuvontaa, mutta ennen kaikkea se oli vinkkien antamista ja kokemusten vaihtamista. Vanhempainryhmässä lähdettiin liikkeelle vanhempien vahvuuksista. Terapiassa taas on käy- tössä mm. sellaisia termejä kuin alemmuudentunne ja läheisriippuvainen (Peavy 1999: 27).

Minun oli ohjaajana mietittävä sitä, mitkä vanhemman kertomat asiat antavat aihetta ohjata muiden palvelujen pariin.

Eettisyyttä jouduin miettimään myös videointiin ja suoriin lainauksiin liittyen. Toiminnan kuvauksessa käytän vanhempien puheita suorina lainauksina, ja tähän liittyy tunnistamisen ongelma. Tämän ongelman ratkaisin siten, että vanhempien puhuessa lapsistaan nimeltä, en käyttänyt sitä vaan lapsen sukupuolta lainatessani vanhemman puhetta. En myöskään lainannut sellaista puhetta, josta vanhempaa olisi mahdollista tunnistaa.

6 VANHEMPAINRYHMÄN TOIMINNAN KUVAUS

Kaikki ryhmäkerrat, lukuun ottamatta ensimmäinen ja neljäs, alkoivat kuulumisten kysymisellä. Ensimmäisellä kerralla vasta tutustuimme toisiimme ja neljännellä kerralla olivat lapset mukana vuorovaikutusleikkien merkeissä, joten kuulumisten vaihtoa ei ollut. Lisäksi kaikki kerrat päättyivät vanhempien kirjearviointiin lukuun ottamatta viimeistä kertaa, jolloin täytettiin koko prosessia koskeva arviointilomake.

6.1 Kerta 1: Tutustuminen

6.1.1 Suunnitelma ja toteutus

Suunnitelma:

Ensimmäisen kokoontumiskerran olin varannut toisiimme tutustumiseen ja opinnäytetyöstä kertomiseen. Tarkoitus oli esitellä Vanhemmuuden roolikarttaa ja vähän tutustua siihen. Samalla olin suunnitellut, että vanhemmat voivat miettiä itse, mitä heille tulee mieleen roolikartan ympyröistä, ja tästä käydään sitten keskustelua. Lisäksi tavoitteena oli kertoa itsestäni ja taustastani ja siitä, mistä sain kyseisen aiheen omaan opinnäytetyöhöni. Tarkoituksena oli myös kertoa hieman omasta perheestäni. Tarkoitus oli myös kertoa ryhmien videoinnista, ja pyytää vanhemmilta videointiin ja tallenteiden hyödyntämiseen kuvauslupa allekirjoituksilla.

Vanhempien oli myös tarkoitus kertoa itsestään, perheestään ja odotuksistaan vanhempainryhmälle. Lisäksi oli tarkoituksena, että he ottavat itseään vanhempana parhaiten kuvaavan vahvuuskortin. Tämän tavoitteena oli keskustella vanhempien vahvuuksista vanhempana. Liikkeelle piti lähteä vanhempien vahvuuksista.

Ryhmän alussa oli tarkoituksena käydä läpi myös tulevia ryhmäkertoja ja niiden aikataulua. Lisäksi suunnitelmassa oli käyttää yksi kerta siten, että ohjelmassa on vuorovaikutusleikkejä, ja tällä kerralla myös lapset olisivat mukana. Suunnitelmassa oli myös ohjeistaa vanhemmat päiväkirjan pitämiseen ryhmäkertojen ajan. Päiväkirjan aiheeksi olin ajatellut vanhemmuuden yleensä, etenkin sen, miten nämä vanhemmat sen kokevat. Luottamuksellisuudesta oli myös tarkoitus puhua, ja korostaa omaa vaitiolovelvollisuutta, toiveena myös vanhempien vaitioito niistä asioista, joita ryhmässä kuulevat.

Ryhmäkerran lopuksi vanhempien oli tarkoitus tehdä kirjearviointi, ja se tehtäisiin kirjeenä ystävälle. Kirjeen loppuun voisi laittaa toiveita seuraavalle ryhmäkerralle. Kirjeessä voisi arvioida minua ohjaajana sekä ryhmän keskusteluaiheiden sopivuudesta omaan vanhemmuuteen peilaten.

Toteutus:

Läsnä oli neljä äitiä.

Alussa kerroin itsestäni ja taustastani: perheestäni, opinnoistani ja opinnäytetyöni aiheesta. Tämän jälkeen oli vanhempien vuoro kertoa itsestään ja perheestään sen verran kuin halusivat tai kokivat tarpeelliseksi. Osa vanhemmista esitti myös toiveitaan siitä, mitä ryhmästä haluavat itselleen saada. Vanhempien kertoessa perheestään, tai lähinnä lapsistaan, vastasin samalla heidän esittämiin kasvatusta koskeviin kysymyksiin niiltä osin kuin se oli mahdollista tai niihin osin vastata. Vastaukset olivat lähinnä vinkkien antamista erilaisiin lasten kanssa eteen tuleviin tilanteisiin (tilanteiden ennakointi, aikamääritykset, selittäminen/perusteleminen jne.).

Ennen keskustelujen alkamista kerroin vanhemmille ryhmien videoinnista ja niiden hyödyntämisestä opinnäytetyön kirjoittamisessa ja siinä ryhmäprosessin kuvaamisessa. Sanoin myös, että tallenteita katsoo myös esimieheni sillä silmällä, että antaa minulle vertaispalautetta ryhmän ohjaamiseen liittyen. Näytin heille kirjoittamani lapun heidän suostumuksestaan ryhmien videointiin ja niiden hyödyntämiseen, ja pyysin heitä allekirjoittamaan ko. lapun, ja kaikki vanhemmat allekirjoittivat sen. Lisäksi esittelin heille Vantaan kaupungilta saamani tutkimusluvan.

Painotin vanhemmille sitä, että ryhmän on tarkoitus olla luottamuksellinen. Tämän kerroin tarkoittavan sitä, että minulla on vaitiolovelvollisuus, joten ryhmässä keskustelluista asioista en voi puhua ulkopuolisille tahoille. Lisäksi toivoin luottamuksellisuutta myös heidän taholtaan. Esitin toiveen, etteivät he puhuisi ryhmässä käsitellyistä ja esiin nousseista asioista ryhmän ulkopuolisille ihmisille.

Esittelyssään vanhemmat olivat hyvin avoimia itsestään ja sen hetkisestä elämästään, osa vanhemmista myös menneisyydestään. Osa vanhemmista tiesi toisensa entuudestaan puiston piiristä. Tämä saattoi helpottaa itsestään ja elämästään kertomista. Vanhemmat kokivat vanhemmuuden haastavana mutta kuitenkin antoisana asiana elämässään.

*"Äitiys on aika haastavaa mulle... mitään en tekisi mieluummin, vastuu on kuitenkin se hui-
kaisevin osuus tässä, ett miten annat omille lapsille sen, mitä et ole itse saanut. Päällim-
mäisin pelko ei ole suinkaan se, miten selviän haastavan tytön kanssa vaan se, ett mä en jy-
räis yli esikoisesta, joka on semmonen aika kultainen ja kuuntelee."*

Esittelykierroksen ja siihen liittyvien kasvatuspohdintojen jälkeen esittelin vanhemmuuden roolikartan ja perustelin sen käytön vanhempainryhmän pohjana. Perusteluina käytin sitä, että siinä käydään hyvin läpi vanhemmuuteen liittyvät roolit, jotka ovat hyvin perusasioita vanhemmuuteen liittyen. Kerroin myös, että kullakin tapaamiskerralla paneudutaan yhteen rooliin kerrallaan. Lisäksi kerroin siitä, että jokaisella kerralla on mahdollista käydä läpi myös vanhempien itsensä esille tuomia kasvatukseen liittyviä aiheita. Vanhemmat saivat tutustua roolikarttaan, ja valita sen perusteella ensimmäiseksi käsiteltävän roolin, ja he valitsivat ihmissuhdeosaajan roolin.

Kerroin siitäkin, miten ryhmän on tarkoitus olla myös vertaistukea antava eli vanhemmat saavat vinkkejä toisiltaan erilaisten tilanteiden hoitamiseen ja myös muita vinkkejä lasten kanssa olemiseen ja toimimiseen. Painotin sitä, miten jokaisella perheellä on niitä asioita, jotka toimivat, ja niiden kertominen voi auttaa muita ryhmän vanhempia omassa perheessään.

Tunteiden näyttämisestä keskusteltiin paljon, ja etenkin siitä, miten vanhempi näyttää väsymystä ja kielteiseksi koettuja tunteita kuten suuttumusta. Alla lainauksia vanhempien kokemuksista erilaisista tunteista suhteessa omiin lapsiin.

*"Tunteiden hyväksyjä on ehkä kaikista vaikein. Just se, kun on ite vihanen ja väsyny ja kaik-
keen kyllästyny, niin päivittäin meillä kuuluu se, mitä mä häpeän, nimittäin ole hiljaa, mä
en jaksu kuunnella tota valitusta mitä sä pidät. Ihan kuin lapsella ei olis oikeutta ilmaista
sitä."*

*"Mulla tulee aina korvat punasena tälle kun tyttö on sellanen pölpöttäjä ja aamusta iltaan
se käy se suu, niin sitte välillä niinku oo nyt hiljaa välillä. Ja sitte ku apua, eihän lapselle
pidä sanoa oo nyt hiljaa välillä, senkun puhut. Kun ei tule hiljasta hetkee ja aamusta iltaan
oot sen kanssa. Tää on harvinaista olla ilman sitä kun se ei koko ajan pulputa tuossa vieres-
sä."*

Vanhemmat antoivat myös joitakin vinkkejä toisilleen siitä, millaisia asioita he ovat kokeneet toimiviksi omien lastensa kanssa. Yksi äideistä kertoi, miten heillä on tapana kiittää illalla nukkumaan mentäessä päivästä, kiittää voidaan myös jostain erityisestä päivän aikana tapahtuneesta mukavasta asiasta. Joskus kiittäminen voi kuitenkin aiheuttaa omantunnon pistoksen, kuten äiti kertoo:

”Kiitimme illalla päivästä, ja lapsi vielä erikseen kiitti siitä, että äiti leikki meidän kanssa. Tunsin piston sydämessä kun mietin, että leikinkö lasten kanssa niin harvoin, että siitä erikseen kiitetään.”

Ryhmän loppuksi kerroin vanhemmille, että toivon heidän pitävän päiväkirjaa tapaamistemme ajan. Kerroin, että päiväkirjan muoto ja aiheet ovat vapaita, ainoastaan kaksi toivetta minulla on päiväkirjan suhteen. Yksi on se, että päiväkirja käsittelee heidän kokemuksiaan ja ajatuksiaan vanhemmuudesta, ja toinen se, että he ehdottomasti kirjoittavat päiväkirjaan omia vahvuuksiaan vanhempana. Muuten he saisivat kirjoittaa päiväkirjaa siinä muodossa ja siten kuin haluavat. Ihan loppuksi he vielä kirjoittivat kirjearvioinnin.

6.1.2 Arviointi

Oma olo tuntui aluksi levottomalta ja sekavalta. Oli sellainen tunne, etten saanut keskustelua käyntiin toivomallani tavalla. Toisaalta äideiltä itseltään tuli paljon hyviä keskustelunaiheita, joita sitten käsitelimme. Lisäksi he kommentoivat hyvin kannustavasti, myötätuntoisesti ja positiiviseen sävyyn toistensa kokemuksia. Äidit olivat hyvin avoimia omasta roolistaan ja toiminnastaan vanhempana, ja tästä olin iloisesti yllättynyt. Tästäkin syystä painotin sitä, että ryhmä on luottamuksellinen.

Videoinnista huolehtiminen samaan aikaan ryhmän ohjaamisen kanssa oli hyvin haastavaa. Kerran unohdin vaihtaa levyn, ja siitä syystä jouduin ulkomuistista kirjaamaan käymiämme keskusteluja. Toisaalta videoinnin avulla tilanteisiin voi palata jälkikäteen, joten se on kuitenkin hyvä asia.

Vanhempien antama palaute oli hyvin positiivista, ja olen siitä iloisesti yllättynyt. He olivat kokeneet, että osasin ohjata ryhmää sujuvasti ja ammattitaidolla. Yllättynyt olen siitä syystä, että ohjasin tällaista ryhmää ensimmäistä kertaa elämässäni, ja olin ihan varma siitä, että se jollain tavalla näkyy ohjaamisessani. Näin ei kuitenkaan ollut käynyt. Tässä vanhempien kommentteja ohjaajuudestani:

” Ohjaaja esitti asiat/keskusteli luontevan rennosti ja osasi mukavasti ohjata asioiden kulkua.”

"Tuntui, että kaikki tulivat kuulluksi ja ilmapiiri oli hyväksyvä ja salliva. Ryhmänvetäjä osallistui keskusteluun tasavertaisena, itsekin äitinä. Ryhmänvetäjälle plussaa hienosta keskustelun ohjaamisesta ja hyvästä kuuntelutaidosta!"

" Ohjaaja vaikutti rauhalliselta. Veti ryhmää selkeästi ja pystyi rajaamaan keskustelua."

Vertaistuen saaminen ja antaminen onnistuivat heti ensimmäisellä kerralla, kun vanhemmat jakoivat omia, hyviksi kokemiaan tapoja muille vanhemmille. Seuraavassa heidän kommenttejaan aiheesta:

" Esille tuli monta mielenkiintoista asiaa ja vinkkiä arkeen. On hyvä jakaa kokemuksia toisten äitien kanssa ja huomata kuinka samanlaisten asioiden kanssa muutkin "painii". Siis saimme vertaistukea. Itse ainakin sain voimaa arkeen ja uskoisin että näitä asioita tulee pohdittua enemmänkin."

" Ihana idea oli se, että jatkossa jokainen jakaa omia onnistumisenkokemuksiaan, arjen pieniä vinkkejä. Koin, että tämä ryhmä on juuri sitä, mitä itse olen kaivannut äitiytteni tueksi."

" Minusta ryhmässä on se hienoa, kun kuulee muillakin olevan samanlaisia ongelmia lasten kanssa kuin itselläkin. Lisäksi on saanut hyviä vinkkejä, miten toimia vaikeissa tilanteissa."

" Toivoisin ryhmältä vertaistukea vanhemmuuden rankkoihinkin asioihin, ei pelkkää hymistelyä. Vaikutti sen suhteen melko lupaavalta."

Toisaalta olin välillä turhankin innostunut tarttumaan vanhempien keskusteluun, ja tähän minun pitää kiinnittää huomiota. Oma innokkuuteni ei saa viedä tilaa vanhempien väliseltä keskustelulta. Vanhempien välinen keskustelu on tärkeä osa vertaistuen saamista ja antamista.

Itseäni jäi harmittamaan se, etten saanut hankituksi vahvuuskortteja, kuten olin suunnitellut. Näistä korteista olisi saanut mukavan alun ryhmälle. Toisaalta äidit eivät sitä kuitenkaan tarvinneet, sillä keskustelua he saivat aikaan hyvin muutenkin. Kortit olisivat kuitenkin auttaneet kiinnittämään huomiota omiin vahvuuksiin, jotka turhan usein ja helposti unohtuvat. Helpompaa on kiinnittää huomiota puutteisiin tai kielteisiin asioihin.

Vertaisarviointina esimieheni kirjoitti sähköpostissa, että

" Yksi asia, mitä itse jäin eka kerralla kaipaamaan, että olisit hieman enemmän kertonut käyttämästäsi roolikarttamateriaalista ennen kuin pyysit heitä valitsemaan alueen, jota ensiksi käsitellään. Olisiko esim. roolikarttakuvaa voinut monistaa jokaiselle etukäteen. Mietin

myös joitakin vahvoja sanontoja, kuten "usein tuntuu, että vanhemmuus on hirveää..." Ei varmaan ole iso asia sinänsä, mutta voi joskus ohjata keskustelua." Näihin asioihin täytyy kiinnittää huomiota seuraavalla kerralla, ja lisäksi monistaa roolikartta kaikille vanhemmille.

6.2 Kerta 2: Ihmissuhdeosaaja

Vanhemmuuden roolikartan mukaan ihmissuhdeosaajan alaroolit ovat keskustelija, kuuntelija, ristiriidoissa auttaja, kannustaja, tunteiden hyväksyjä, anteeksiantaja/-pyytäjä, itsenäisyyden tukija, tasapuolisuuden toteuttaja sekä perheen ja lapsen ihmissuhteiden vaalija (Helminen & Iso-Heiniemi 1999: 28-29).

6.2.1 Suunnitelma ja toteutus

Suunnitelma

Tavoitteena oli saada vanhemmat pohtimaan ihmissuhdeosaajan roolia suhteessa vanhemmuuteen. Mitä asioita heidän mielestään siihen kuuluu?

Aluksi vaihdetaan kuulumiset, ja keskustellaan siitä, oliko viime kerrasta mahdollisesti hyötyä. Keskustellaan myös rooliympyröistä ja niiden limittymisestä toisiinsa. Jokainen ympyrä sisältää myös muiden rooliympyröiden osa-alueita. Jaan monistetun roolikartan kaikille vanhemmille omaksi.

Ihmissuhdeosaajan käsittely aloitetaan siten, että vanhemmat saavat miettiä ja kertoa, mitä ajattelevat sen sisältävän. Sen jälkeen vanhemmat saavat paperin, johon kirjoittavat ensiksi Ihmissuhdeosaaja, ja sen ympärille siihen kuuluvat alaroolit. Tämän jälkeen he laittavat plusia ja miinusia sen mukaan, miten ko. alarooli on heillä kehittynyt vanhempana. Tämän jälkeen käymme keskustelua tästä. Lisäksi käytän kysymyksiä pohtimisen apuna Syvennä ja sovelta - oppaasta.

Lopuksi käsitellään vanhempien esittämiä toiveita eli lapsentahtisuutta ja vaistovanhemmuutta sekä muita mahdollisia aiheita, joita esiin tulee. Lisäksi tehdään taas kirjearviointi. Lopuksi otan esille yhden ylimääräisen tapaamiskerran 27.2.2009. Tämä kerta käytettäisiin ryhmäkertojen koontiin ja palautelomakkeen täyttämiseen. Kun tunteista oli viime kerralla paljon puhetta, esittelen heille Raisa Cacciatoren Kiukkukirjan.

Toteutus

Paikalla oli kolme äitiä.

Kuulumisten vaihdossa keskusteltiin siitä, olivatko vanhemmat saaneet vinkkejä omien lasten kanssa olemiseen ja toimimiseen. Kuulumisten vaihdon tarkoituksena oli jakaa niitä asioita, joista vanhemmat ovat kokeneet hyötyvänsä. Seuraavassa vanhempien kommentteja edellisestä kerrasta.

"Enemmän mä ainakin tunnen sellasta helpotusta, en ehkä mitään konkreettista vinkkiä. Mutta sellasta helpotusta, etten ole ihan yksin tässä asiassa."

"Ehkä Mä olen pikkasen yrittänyt, et mä en ihan joka kerta alkaisi heti kiljumaan et ei noin."

"Kyllä mä ainakin jotakin ihan konkreettisestikin, mutta en mä osaa konkreettisesti eritellä. Mutta kyllä mä ainakin koin että tuli paljonkin hyviä vinkkejä. Ja sit tää helpotus oli kanssa mulle yllätys tavallaan, et täähän on toisaalta ihan simppeleä loppujen lopuks."

Kuulumisten vaihdon jälkeen aloitimme roolien käsittelyn. Ensimmäiseksi vanhemmat saivat piirtää pääroolit sen kokoisiin ympyröihin, miten nämä roolit korostuvat omassa vanhemmuudessa. Roolille piirrettiin iso ympyrä, jos rooli on korostunut omassa vanhemmuudessa, sopiva ympyrä, jos rooli on tasapainossa suhteessa muihin ja pieni ympyrä, jos rooli ei ole merkityksellinen tai puuttuu omasta vanhemmuudesta. Vanhemmat piirsivät rooliympyrät sen mukaan, miten itse ko. roolit kokevat. Tarkoituksena ei ollut löytää puuttuvia tai korostuvia rooleja. Piirtämisen tavoitteena oli saada näitä rooleja näkyväksi vanhemmille, ja saada heidät pohtimaan näitä rooleja. Kerroin myös, että roolit limittyvät toisiinsa eli kaikissa rooleissa on mukana myös muita rooleja. Roolit eivät ole yksittäisiä lokeroita ilman kosketusta muihin rooleihin. Piirtämänsä rooliympyrät he saivat pitää itsellään.

Rooliympyräpiirroksista keskusteltiin ryhmässä. Seuraavassa äitien kommentteja rooliympyröistä.

"Aika tasapaksuja nämä ovat. Yks on vähän pienempi ja yks vähän isompi. En löytänyt alueita, joissa kokisin olevani kauhean huono tai kauhean hyvä. Mutta kuinka paljon tulee ulospäin sitä, mitä ite mielessään ajattelee?"

"No, mulla oli kanssa aika tasapaksua. Ton ihmissuhdeosaajan mä laitoin vähän pienemmäksi. Siinä on vähän kehitettävää."

"Mä kanssa mietin tota rajojen asettajan roolia, et missä se menee itellä se raja, et onko sitä liikaa. Ku nykypäivänä mun mielestä se on liian vähästä... et lapsi ei oo lapsi vaan suurin piirtein aikuinen, pyörittää kaikkee ja saa tehdä melkein mitä vaan..."

Seuraavaksi pääsimme paneutumaan ryhmäkerran aiheeseen eli ihmissuhdeosaajan rooliin. Vanhemmat kirjoittivat paperin keskelle ihmissuhdeosaaja, ja tämän jälkeen keskusteltiin siitä mitä vanhemmille tulee mieleen tästä roolista. Seuraavassa kahden äidin ajatukset aiheesta.

"Jotain sellasta, että näkee sen ilmiön taakse, niin että ei se lapsi ilkeyttään tee jotakin, esim. ole hermostumassa, se voi olla jotakin joka ei liity asiaan ollenkaan."

"Joku joskus jossain sanoi... että miten lapsi voi oppia armollisuutta ja empatiaa jos ei se saa niitä äidiltään tai nää niitä äidissään. ...Mä huomaan sisarussuhteissa et mä vaadin iso-veljeltä sellasta empatiaa pikkusiskoa kohtaan, mutta tavallaan jos mä en itse osota sitä, jos sattuu joku vahinko, vaikka maitolasi kaatuu, ja mä on heti pinna kireellä. Tavallaan jos mä en itse osota sitä, miten he voi oppia sitä. Tätä tarkotan armollisuudella."

Tämän jälkeen vanhemmat kirjoittivat ihmissuhdeosaajan viereen ko. rooliin kuuluvat alaroolit. Kirjoitettuaan ne he laittoivat plussia ja miinuksia sen mukaan, miten kokevat kyseisen alaroolin korostuvan vanhemmuudessaan. Kaksi plussaa tarkoitti ylikehittyntä roolia, yksi plussa sopivasti kehittyntä roolia, yksi miinus alikehittyntä roolia ja kaksi miinusta puuttuvaa roolia (Helminen & Iso-Heiniemi 1999: 16). Tämän jälkeen luin vanhemmille Vanhemmuuden roolikartasta, mitä kyseiset alaroolit pitävät sisällään. Tämän oli tarkoitus helpottaa vanhempia miettimään sitä, miten kyseinen alarooli itsellä ilmenee. Painotin sitä, että nämä ovat kirjoittajien miettimiä asioita rooliin liittyen, se voi pitää sisällään myös muita asioita.

Seuraavaksi keskustelimme siitä, onko joku alaroolista sellainen, joka korostuu tai on mahdollisesti puutteellinen, mutta ei varsinaisesti puutu. Tässä vanhempien kommentteja.

"Mulla on tossa kannustajan roolissa parantamista. Aina ei muista kehua ja kiittää."

"Mulla ainaki toi ristiriidoissa auttaja. Et niinku pysyis rauhallisena niissä tilanteissa ja sanois, et hei nyt tehäänki tällä tavalla. Sä oot ehkä väsyny tai nälkäne."

"Mulla kanssa kun lapset tappelee, niin tulee sanottua, et no niin, menkääs nyt sinne omaan huoneeseen."

Keskustelimme myös siitä, missä alaroolissa he kokivat onnistuneensa tai kehittämisen tarvetta:

"Mä laitoin tohon tunteidenhyväksyjän kohtaan pitkän lista miinuksia, samoin tohon kuuntelelijaan. Mut nää muut on aika tasasia. Mut toi tunteiden hyväksyjä on... Mä taisin sillon vii-

meksi sanoakin et se on kaikist pahin. Ei mitään kiukkua ei sais olla, se on vaan äiti joka saa huutaa ja lapset hiljaa. Sit ku ne alkaa kiukuttelee mä sanon melkein aina melkein heti, et mä en jaksa kuunnella, sit meette tonne huutamaan ja ovi kiinni. Mä en jaksa, minua ei kiinnosta kuunnella tommosta. Aika tylyä!”

”Mä haluaisin lisätä tohon ihmissuhdeosaajaan, mikä nyt tuli esille, tää on mun lempi aihe vaik mä koitan olla hiljaa. Nimittäin tasa-arvokouluttaja, must se menis tähän ihmissuhdeosaajaan, koska mun mielestä tässä vaiheessa maailmaa missä eletään niin olis aika korkea aika päästä irti näistä reipas poika – kiltti tyttö asetelmasta. ...Se alkaa yleensä jo vauvasta, et voi miten komea poika ja voi miten reipas ja hyvin syö, ja voi miten söpö tyttö. Äänensävykin muuttuu sen mukaan, kummasta puhutaan. Se tulee niin selkäytimestä, ja se vaikuttaa mun mielestä ihan koulumaailmassakin, varsinkin jos siellä tulee näitä pojat on poikia kun ne mättää toisiaan turpaan siellä välitunnilla. Siellä on paljon sellasta inhimillistä kipua, et en sovi rooliin, en ole sellainen.”

Lisäksi ryhmässä käytiin keskustelua sisarusten välisistä riidoista ja niihin puuttumisesta sekä ratkaisemisesta, oman lapsuuden merkityksestä omaan vanhemmuuteen ja etenkin tunteiden hyväksymiseen, lapsen raivokohtausten syistä ja niihin tarttumisesta sekä kiusaamisesta eri muodoissaan.

6.2.2 Arviointi

Ryhmässä keskustelu eteni mukavasti, vaikka välillä tulikin pieniä taukoja, jolloin piti kysellä vanhempien ajatuksia puheena olevasta aiheesta. Välillä keskustelu rönsyli pois varsinaisesta aiheesta, mutta annoin niin tapahtua, sillä näin voidaan saada aikaan hedelmällisiä keskusteluja. En halunnut ohjata liian tiukasti keskustelua ja pitää sitä ehdottomasti aiheen ympärillä, sillä ryhmässä on tarkoitus puhua myös muista vanhempia kiinnostavista aiheista.

Vanhemmat pohtivat omia ihmissuhdeosaajan taitojaan välillä hyvin syvällisestikin. Päällimmäiseksi jäi kuitenkin tunne siitä, että he kokivat enemmän puutteita kuin onnistumisen kokemuksia tässä roolissa. Olisi varmaan ollut hyvä kysyä vanhemmilta ensin niistä alarooleista, joissa he kokevat olevansa hyviä, ja siirtyä vasta sitten niihin alarooleihin, joissa he kokevat kehittymisen tarvetta. Näin olisi lähdetty liikkeelle niistä onnistumisen kokemuksista, ja saatu vahvistusta omalle vanhemmuudelle.

Toisaalta keskustelut antoivat samalla myös vertaistukea, ja pysähtyminen miettimään omaa käytöstä koettiin myös positiivisena.

" Tunnen myös surua ja riittämättömyyttä tunnistaessani omia vakavia puutteitani kyvyssä olla "ihmissuhdekasvattaja"... pelottaa, etten ajoissa opi hyväksymään lasteni tunteita - tai omiani. Kuitenkin päälimmäisin tunne on todellakin helpotus (kun sai kuunnella ja jutella) ja myös toiveikkuus: kaikki alkaa tiedostamisesta. Kun ymmärrän tekeväni jonkin jutun hullusti, voin edes yrittää parantaa! Tuore tunnelma on syvästi helpottunut, oli upeaa jakaa kokemuksia ja tuntemuksia toisten äitien kanssa. Nämä tapaamiset todella voimauttavat! "

" Kurssi on todella ajatuksia herättävä, ja siellä jotenkin saa purkaa myös omia tuntojaan. Oli myös hyvä herätä miettimään omaa käytöstä ongelmatilanteissa. Miksi aina hermostun niin kovasti ja mitä voisin yrittää tehdä sen sijaan. Oli todella helpottavaa huomata, että en painiskele suuttumuksieni kanssa yksin, vaan muissakin perheissä on ongelmia."

" Ihan kiva että taas tuli mietittävää itsellekin - kuinka käyttäytyy ja kuinka olisi hyvä käyttäytyä erilaisissa tilanteissa."

Välillä joutui hillitsemään itseään, ettei liian innokkaasti ottanut kantaa meneillään olevaan keskusteluun. Tarkoitus on antaa tilaa vanhempien omalle keskustelulle, ja olla itse enemmän keskustelua seuraava osapuoli. Näin kävi, vaikka ensimmäisen kerran jälkeen päätin antaa tilaa vanhemmille. Seuraavalla kerralla asia täytyy muistaa. Lisäksi monta kertaa joutui miettimään sitä, voinko sanoa suoraan sen, miten minun mielestäni jokin tilanne tai asia pitää hoitaa. Sitten päätin, että annan oman ammattitaitoni ja kokemukseni lasten kasvatuksesta näkyä, ja joissain asioissa sanon rohkeasti, miten asia kannattaisi hoitaa.

Voi olla, että olisi ollut hyvä käydä yksityiskohtaisesti läpi näitä alarooleja, ja keskustella niistä. Toisaalta en halunnut sitoa keskusteluja vain näiden alaroolien ympärille, sillä se olisi voinut viedä monta hyvää, nyt käytyä keskustelua, tai ainakin näille olisi jäänyt liian vähän aikaa ja tilaa. Lisäksi ryhmän toiminta ei voi olla vain oman suunnitelman toteuttamista, vaan tilaa pitää antaa vanhempien keskustelulle, vaikka se sitten vähän rönsyilisikin. Lisäksi tällainen vapaampi keskustelu voi antaa vanhemmille jopa enemmän kuin tiukasti ohjattu keskustelu.

Tekniikan eli videoinnin kanssa oli välillä ongelmia, ja se saa ajattelemaan, että olisi kiva, jos olisi pari ryhmän ohjaamisessa. Nyt joutuu itse keskittymään moneen asiaan samaan aikaan. Ryhmän ohjaaminen vaatii itseltä melko paljon, ja etenkin oman itsensä likoon laittamista monella tapaa. Joskus tulee sellainen tunne, että riittääkö oma ammattitaito tähän ollenkaan eli ryhmän ohjaamiseen ja tuen antamiseen vanhemmille.

Vanhemmat keskustelivat edelleen hyvin avoimesti omista kokemuksistaan ja tuntemuksistaan vanhemmuuteen liittyen. Toivottavasti vanhemmat muistavat lupauksensa luottamuksellisuudesta eivätkä puhu näistä asioista muualla! Vanhempien kertomukset ja ryhmän ohjaa-

minen tuovat pintaan myös omat kokemukset äitinä ja vanhempana olemisesta. Omista kokemuksista on hyötyä, täytyy muistaa puhua niistä kuitenkin valikoiden.

Minun täytyy myös muistaa vetää mukaan keskusteluun kaikkia äitejä. Osa on selkeästi aktiivisempia keskustelijoita, mutta kuitenkin kaikkien kokemusten ja tarinoiden olisi hyvä päästä esille. Tässä täytyy minun toimia aktiivisemmin eli vetää hiljaisempia mukaan keskusteluun. Toisaalta aktiivinen voi olla myös kuuntelemalla ja seuraamalla keskustelua, ja osallistumalla siihen oman tarpeen mukaan. Ketään ei saa pakottaa osallistumaan keskusteluun tai kertomaan asioistaan. Hyvä keino kuitenkin oli kysyä jokaiselta vuorollaan, millaisia ajatuksia plussien ja miinuksien merkkäminen herätti. Näin jokaisella oli mahdollisuus sanoa ajatuksensa.

6.3 Kerta 3: Huoltaja

Vanhemmuuden roolikartan mukaan huoltajan rooliin kuuluvat ruoan antaja, vaatettaja, virikkeiden antaja, levon turvaaja, rahan käyttäjä, puhtaudesta huolehtija, ympäristöstä huolehtija, sairauden hoitaja ja ulkoiluttaja (Helminen & Iso-Heiniemi 1999: 24-25).

6.3.1 Suunnitelma ja toteutus

Suunnitelma

Näillä vanhemmilla vaikuttaa kahden tapaamiskerran perusteella siltä, että huoltajan rooli heillä on hyvin hallussa, joten erityisiä tavoitteita tälle kerralle en asettanut. Alaroolista keskustelua ajattelin herättää virikkeiden antajan roolista. Tämä siitä syystä, että nykyisin lapset suorastaan hukkuvat erilaisten virikkeiden tulvaan, ja tuntuu siltä, että levon ja rauhan hetkiä päivän aikana on turhan vähän.

Alussa vaihdetaan kuulumisia. Tämän jälkeen siirrytään aiheeseen eli huoltajan rooliin. Kyseilen vanhempien ajatuksia sisällöstä, ja sen jälkeen vanhemmat toimivat samalla tavalla kuin edellisellä kerralla eli kirjoittavat pääroolin ja alaroolit, ja merkkäavat plussat ja miinukset alaroolien viereen. Tämän jälkeen keskustelemme näistä asioista. Kerron myös virikkeiden runsauden haitallisuudesta Vanhemmuuden roolikartan Syvennä ja sovelloppaasta sivulta 29, sekä Jari Sinkkosen luennon annista harrastuksiin liittyen.

Lopuksi käyn läpi seuraavaa kertaa, joka on vuorovaikutusleikkejä yhdessä lasten kanssa. Kerron vuorovaikutusleikkien ideasta, rungosta ja mitä tarvitsee ottaa mukaan sille kerralle. Tämän jälkeen keskustelua vanhempien toivomista aiheista. Ihan lopuksi vanhemmat kirjoittavat kirjearviointiin.

Toteutus

Läsnä oli kolme äitiä.

Alussa jaoin vanhemmille monistamani vanhemmuuden roolikartan, jonka olin unohtanut monistaa ja jakaa kahdella ensimmäisellä kerralla. Tämän jälkeen kerroin itse valinneeni tämän kerran aiheeksi huoltajan roolin. Tämä siitä syystä, että tiesin yhden vanhemmista puuttuvan, ja minulle oli tullut sellainen tunne, että huoltajan roolin suhteen heillä on asiat kunnossa. Näin ollen se oli hyvä rooli ryhmän aiheeksi tässä tilanteessa. Vanhemmat toimivat samalla tavalla kuin viime kerralla merkatien plussia ja miinuksia alaroolien viereen.

Tästä siirryttiin keskustelemaan siitä, mitä vanhemmat olivat merkanneet kunkin alaroolin viereen.

”Virikkeiden antajana mä olen välillä ehkä liikaakin. Vähän liikaa tuputan välillä kaikkee.”

”Mulla tuli vähän tota miinusta ja muuten tota yhtä plussia suunnilleen. Mä laitoin ulkouluttajaan ja rahan käyttäjään yhden miinuksen. Rahan käytössä saatan välillä olla hieman holtiton. Mä olen välillä et oi ku ihana, ostetaan toi. Ja ulkoilussa mä olen niin laiska et jos on huono sää niin en mä jaksa lähteä.”

”Mulla on näitä plussia niin paljon, et ajattelin et pitäisköhän näitä vähän vähentää. Mulla on kaks plussia tossa puhtaudesta huolehtijassa, ruoan antajassa, vaatettajassa, levon turvaajassa ja rahan käyttäjässä. Mut mä oon kyllä ollu ihan tietonen tästä ongelmasta.”

Keskustelua heräsi siitä, ajatellaanko näitä huoltajan roolin alaroolia lapsen näkökulmasta vai koko perheen näkökulmasta. Riittääkö yhteen plussaan se, että lapsi saa näitä tarpeeksi, vai tarvitaanko kaksi plussia silloin, kun itse on se, joka näistä asioista kantaa vastuun ja huolehtii niiden toteutumisesta.

Seuraavaksi otin puheeksi virikkeiden antamisen. Nykyaikana virikkeiden tulvalta pitäisi jopa lapsia suojella, sillä se voi aiheuttaa ylistimulaatiota ja sitä kautta levottomuutta. Lapsen on hyvä oppia siihenkin, että joskus voi olla tekemättä mitään ja että sekään ei haittaa, jos joskus on tylsää. Vanhempien ei tarvitse toimia ”ohjelmatoimistona” ja keksiä koko ajan jotain tekemistä. Levon ja rauhan hetket ovat tärkeitä lapsen kehitykselle. Mari Rautiainen (2001, 29) on kirjoittanut Jukka Mäkelän haastattelun pohjalta, että yhtenä syynä ylivilkkauteen ja oppimishäiriöihin on ylivilkkaisuus. Sanoin, että virikkeisiin kuuluvat myös harrastukset, ja

onkin syytä miettiä sitä, minkä verran harrastuksia lapsi oikeasti kaipaa tai tarvitsee. Lainasin Jari Sinkkosen luentoa (16.9.2008), jossa hän sanoi, että ”Lapsi, joka ei harrasta mitään, on suuressa vaarassa kasvaa normaaliksi”. Harrastuksia ei tarvitse eikä ole syytä olla joka illalle.

”Ja sit niitä on vauvoillakin. Maanantaina uinti, tiistaina vauvamuskari, keskiviikkona vauva-jumppa. Semmosia... Vaik yleensä se on sen esikoisen kanssa, toisen kanssa ei enää ehdi tai jaksa. ”

”Ja isoissa kaupungeissa kaikkee on niin paljon, niin sit kysytään et miks te ette käytä niitä kaikkii vaihtoehtoja.”

Siivoamisesta keskusteltiin melko pitkään. Kysyin vanhemmilta ovatko he ottaneet lapsensa mukaan kodin siisteyden ylläpitoon. Kaikki kommentoivat, että lapset osallistuvat kotona siivoamiseen, mutta lapsilla on usein eriävä käsitys siitä, milloin huoneessa on siistiä tai miten siisteyttä ylläpidetään. Lapsilta tulee myös hyviä kysymyksiä siivoamiseen ja sen mielekkyyteen liittyen.

”Meilläki on sohvalla isot selkänojatyynt ja ne haluaa aina joka päivä ottaa ne eteiseen ja tehdä niistä majan. Mua on jotenki alkanu pikku hiljaa vähä nyppii se, ku ne ei oo ikinä siellä sohvalla ne tyynyt. Sit vanhempi kysyy, et miks ne pitää viedä nyt pois ne tyynyt ku me kuitenkin aamulla tuodaan ne tähän takasin. Ja mä vaan siinä, et sen takia ku mä haluisin et ne ois siellä sohvalla. Ja sit vanhempi sanoo, et ethän sä yöllä istu siellä sohvalla. No en istukaan mutku mä haluisin et ne on siellä. Tuntuu vaikeelta et mitä mä nyt sanon, siksikö et mä nyt vaan haluun et ne on siellä, ja vanhempi lapsi sanoo, et mä haluun et ne on tässä eteisessä. Sit tullaankin siihen kysymykseen, et kenen koti ja kuka päättää.”

Tämän keskustelun jälkeen aloin kertoa seuraavasta kerrasta, jolloin aiheena ovat vuorovai-
kusleikit yhdessä lasten kanssa. Tämä tuli tähän vaiheeseen siitä syystä, että yksi äideistä joutui lähtemään aikaisemmin pois, ja halusin myös hänen kuulevan, mitä seuraava kerta pitää sisällään ja mitä pitää tuoda mukana. Kerroin, että leikkituokio alkaa hoivalla, joksi olen ajatellut rasvausta tai pensselillä kasvojen maalausta. Rasvan pyysin vanhempia tuomaan kotiaan mukanaan. Kerroin, mitä leikit pitävät sisällään, mitkä ovat ryhmän säännöt leikkiker-
ralla ja että minulla on ystäväni tytär mukana näyttämässä kanssani, mitä pitää tehdä.

Kuulumisten vaihtoa käytiin sitten tässä vaiheessa, kun pois lähtevä äiti kirjoitti kirjearvio-
taan. Äiti 3 koki huonoa omaatuntoa siitä, ettei ollut vielä alkanut kirjoittaa päiväkirjaa, vaikka asia oli mielessä usein ollutkin. Hän halusi kertauksena kuulla, mitä asioita päiväkir-
jassa piti pohtia. Kerroin, että halusin ehdottomasti heidän kirjoittavan omista vahvuuksiaan vanhempana. Päiväkirjan muodon kerroin olevan täysin heidän valittavanaan. Siitä ei kuiten-
kaan pidä ottaa stressiä. Sanoin, että olin miettinyt päiväkirjan yhdeksi osaksi tulevaisuuden

muistelua, ja sen pohjaksi kirjoittaisin kehystarinan. Kerroin, että tulevaisuuden muistelussa katse suunnataan muutaman vuoden päähän, ja pohditaan sitä, mitkä asiat ovat onnistuneet ja toteutuneet. Tämän tulevaisuuden muistelun kerroin jäävän heille itselleen päiväkirjan tapaan.

Eräs äiti kommentoi vanhemmuuden pohtimista näin:

”Nyt kun niitä lapsia on neljä, kun se vanhempikin lapsi asuu siinä meidän kanssa, nii must tuntuu, et ei oo enää ollenkaan sellasta aikaa, et mieltis mitä mun nyt kannattaa tehdä tai miten mä nyt tän asian hoidan. Tai et miehen kaa istuttais ja mietittäis et mitä tän jutun kaa oikein tehään. Se on vaan sellasta mutu-tuntumalla vetämistä koko ajan, et katotaan nyt miten käy. Sit joskus ku jää jälkeinpäin miettimään, et jos vaikka joskus päästää saunaa kahestaa miehen kaa, ni sit mietitään oliko päätös hyvä, ja varmaan se sit oli. Niit vaa tulee niit tilanteita et ei siinä kykene sillai miettimään tai oikeen kapasiteetti riitä.”

6.3.2 Arviointi

Tällä kerralla ei roolin käsittely kirjoittanut samanlaista keskustelua kuin edellisellä kerralla, mutta keskustelua syntyi kuitenkin. Puheeksi tuli monta kertaa parisuhde ja etenkin naisen ja äidin rooli siinä. Mielestäni tämä oli hyvä asia, sillä tätä pitäisi mielestäni käsitellä enemmänkin. Näillä vanhemmilla tämä huoltajan rooli on niin hyvin hallussa, että arvasin keskustelun olevan tietyllä tavalla vähäisempää. Keskustelu huoltajan roolista sai vanhemmat kuitenkin miettimään niitä asioita, jotka omassa huoltajuudessa ovat ylikorostuneita.

” Täytyy kyllä todeta, että toimin perheessäni aikamoisena huoltajana... Täytyy miettiä ehkä oman tilan ottamista...”

” Aiheena meillä oli huoltajuus ja heräsin taas ajattelemaan, miksi esim. työnän pojille virikkeitä niin paljon. Aina ollaan menossa johonkin, eikä koskaan olla kotona ihan rauhassa. Pojat voisivat olla rauhallisempia, kun ei tarvitsisi aina juosta johonkin tapahtumaan - tavat vain väsyä liikaa.”

Tällä kerralla puheeksi tuli myös parisuhde, joka osaltaan herätti monia keskusteluja omasta ja puolison roolista perheessä. Osa koki positiivisena tämän keskustelun aiheen, osa ei kokenut saavansa siitä irti samalla tavalla kuin puhtaasti lapsista keskusteltaessa. Vanhemmat kuitenkin huomasivat, että molempien vanhempien rooleilla on merkitystä perheessä vähintäänkin siinä, että nämä mallit ovat heidän lapsilleen periytyviä.

"Tänään sivuttiin vähän parisuhdeteemaa ja huomasin, että itselläni se teema tahtoi mennä valituksen puolelle. Enemmän olen saanut "irti" puhtaasti lapsenkasvatusasioista."

"Ja huomasin myös, että mies voisi pikku hiljaa osallistua enemmän perheen asioihin ja kotitöihin."

Vertaisarviointina esimieheltäni sain seuraavaa:

Kokoontumiset näyttävät oikein hyviltä; eli puhut luontevasti ja sujuvasti. Äidit tuntuvat kukin pääsevän ääneen ja esille vuorollaan. Yllättävän avoimesti he kertovat omista tilanteistaan toisille ja näin saavat vertaistukea toisiltaan. Eli olet luonut heille luotettavan ilmapiirin puhua ja jakaa tilanteita. Tässä varmaan auttaa se, että et ole asettunut "heidän yläpuolelleen" luennoimaan vaan puhut arkikielellä asioista. Hyvin menee kaiken kaikkiaan; tällaisen ryhmän vetäjänä olet tosi taitava!"

6.4 Kerta 4: Vuorovaikutusleikkejä

Tällä kerralla vanhemmat tulevat ryhmään yhdessä lastensa kanssa. Vuorovaikutusleikkejä leikimme päiväkodin salissa, ja myös tämän tilaisuuden kuvaan. Suostumuksen siihen sain suullisesti vanhemmilta. Kuvamateriaalia hyödynnän toiminnan arvioinnissa. Mukanani tällä kerralla on ystäväni kuusivuotias tytär, sillä hänen kanssaan minun on helppo näyttää vanhemmille ja lapsille, millaisesta leikeistä on kyse ja mitä heidän tulee tehdä. Leikit valitsen niin, että niitä on mahdollista leikkiä kahdenkin lapsen kanssa, ja oman vuoron odotteluaika jäisi mahdollisimman lyhyeksi. Lisäksi leikit ovat sellaisia, että niitä voi leikkiä sekä kaksietä viisivuotias.

6.4.1 Suunnitelma ja toteutus

Toteutus sujui suunnitelma mukaan, joten tässä luvussa ei ole erillistä lukua toteutuksesta. Läsnä olivat kaikki ryhmään osallistuvat äidit lapsineen. Lopuksi oli tuttuun tapaan kirjearviointi.

Suunnitelma

Vuorovaikutusleikkihetken tavoitteena on antaa vanhemmille vinkkejä erilaisista mukavista ja verrattain yksinkertaisista leikeistä, joita voi leikkiä yhdessä lapsen kanssa. Lisäksi tavoitteena on antaa positiivisia kokemuksia näistä leikeistä sekä lapsille että vanhemmille, sekä nauttia tällaisista yhteisistä leikeistä. Minulla on mukana ystäväni tytär, jonka kanssa näytän vanhemmille ja lapsille, miten leikki on tarkoitus leikkiä.

Ensimmäisenä saliin tultaessa kätellään ryhmän ohjaaja eli minut. Sen jälkeen vanhemmat käyvät lapsineen istumaan salin lattialle ja laulamme tervehdyslaulun "Onko ____ täällä?" Vastauksena lauletaan "On ____ täällä!" Laulun jälkeen kerron äideille ja lapsille, mitä tällä kerralla tullaan tekemään, ja esittelen heille ystäväni tyttären ja kerron, miksi hän on mukana.

Ensimmäiseksi aloitamme hoivalla. Pyysin viime kerralla vanhempia tuomaan mukanaan rasvan, ja sillä on tarkoitus rasvata lapsen pipejä tms. Seuraavaksi lorutellaan "Keisari kiertää kartanoa. Kuulostelee, kuulostelee. Kurkistaa ikkunasta, kurkistaa akkunasta, soittaa ovikelloa, pyyhkii jalat ja astuu sisään suihkuun. Shhh!" Lorun mukaan tehdään seuraavasti: Keisari kiertää kartanoa -> aikuinen kiertää sormella lapsen kasvojen ympäri; Kuulostelee, kuulostelee -> sivellään sormella lapsen korvat; Kurkistaa ikkunasta, kurkistaa akkunasta -> piirretään sormella lapsen silmien ympäri; Pyyhkii jalat -> pyyhitään sormella lapsen nenän alta; Astuu sisään suihkuun. Shhh! -> laitetaan sormi lapsen suuhun ja sanotaan Shhh.

Ensimmäisinä leikkeinä on jäsentäviä leikkejä, joihin ovat hernepussileikki, käsitorni, vihreä ja punainen valo sekä seuraa johtajaa. Hernepussileikissä aikuinen asettaa päänsä päälle hernepussin ja pudottaa sen lapsen käsiin päättään kumartamalla. Sama tehdään myös niin, että lapsi pudottaa hernepussin päänsä päältä aikuiselle päättään kumartamalla. Käsitornissa aikuinen laittaa käden kämmenpuoli alaspäin lapsen eteen, ja auttaa lasta laittamaan oman kätensä aikuisen käden päälle kämmenpuoli alaspäin. Tästä käsiä laitetaan vuorotellen päällekkäin siten, että nousee koko ajan korkeammalle. Suuntaa vaihdetaan eli aletaan tulla alaspäin samalla tavalla vuorotellen käsien paikkaa vaihtamalla. Vihreässä ja punaisessa valossa lasta pyydetään liikkumaan niin kauan kuin esillä on vihreä valo. Punainen valo puolestaan tarkoittaa pysähtymistä heti ja paikallaan pysymistä siihen asti, kunnes vihreä valo syttyy. Seuraa johtajaa- leikissä vanhempi ja lapset kulkevat peräkkäin pitäen kiinni toisistaan, ja ensimmäisenä kulkeva päättää sen tavan, millä liikutaan ja muut matkivat perässä. Johtajaa vaihdetaan siten, että kaikki saavat olla johtajia, ja johtajana ollut menee jonon viimeiseksi. (Jernberg & Booth 2003, 363-366.)

Seuraavat leikit liittyvät yhteyden rakentamiseen. Näitä leikkejä ovat käsientaputusleikit ja poksuposket. Käsientaputusleikeissä taputetaan käsiä erilaissa rytmeissä, ja nämä taputukset voivat olla yksinkertaisia tai monimutkaisia rytmitaputuksia. Poksuposki- leikissä aikuinen pullistaa poskensa täyteen ilmaa ja lasta autetaan poksauttamaan se käsillä tai jaloilla. Lapsi saa myös täyttää poskensa ilmalla ja aikuinen poksauttaa sen. (Jernberg & Booth 2003, 367-368.) Käsientaputusleikissä aiheena on erilaisia jouluun liittyviä sanoja.

Viimeiset leikit ovat haasteleikkejä, ja näitä ovat isku sanomalehden läpi ja koriinheitto, tuolileikki, yhteistoiminnallinen vanutuppokisa ja tunneli. Iskussa sanomalehden läpi levitetään yksi sanomalehtiarkki lapsen eteen ja pyydetään lasta lyömään nyrkillä lehden läpi merkin

saatuaan. Toimintaa voi muunnella esim. lisäämällä lyötävän sanomalehtiarkin paksuutta. Lopuksi rutistetaan revennyt sanomalehtiarkki palloksi ja lapsi heittää sen aikuisen käsistä muodostettuun koriin. Tuolileikissä jokainen istuu piirissä tyynyllä tai tuolilla. Musiikin soiodessa kaikki nousevat ylös ja kävelevät piirissä. Musiikin loppuessa istutaan tyynylle tai tuolille. Tyynyjä tai tuoleja poistetaan jokaisen pysähdyksen jälkeen, ja tällöin osallistujien on istuttava toistensa syliin paikkojen vähetessä. Yhteistoiminnallisessa vanutuppokisassa kontan puhalletaan vuorotellen vanutuppoa tai pingispalloa kohti huoneen toista päätä. Tunnelileikissä aikuiset muodostavat tunnelin ja lapset konttaavat tunnelin alta. Tunnelin päässä he kohtaavat vanhempansa. (Jernberg & Booth 2003, 372-373.)

Lopuksi on taas vuorossa hoiva. Siinä lapset käyvät lepäämään patjoille ja aikuiset hierovat lapsen kehoa sekä vatsa että selkäpuolelta. Sen jälkeen aikuiset antavat lapselle suuhun puolikkaan piparin. Ihan lopuksi vanhemmat kirjoittavat kirjearvioinnin.

6.4.2 Arviointi

Lapsilla tuntui olevan hauskaa näiden leikkien parissa. Osa leikeistä vaikutti hieman liian vaikeilta parivuotiaille, mutta sitkeästi he jaksoivat kuitenkin yrittää. Jossain tilanteissa nämä liian haastavilta tuntuvat leikit aiheuttivat parivuotiailla herpaantumisen ja riehaantumisen hetkiä. He kuitenkin rauhoittuivat nopeasti. Osa leikeistä taas tuntui liian helpoilta viisivuotiaille, ja heillä tuli tästä syystä välillä herpaantumisen ja riehaantumisen hetkiä. Toisaalta vanhemmat eivät arvioinnissaan kokeneet, että leikit olisivat olleet liian vaikeita tai helppoja. Ohjauksen he myös kokivat onnistuneena.

" Ohjaus oli selkeää, ei tullut hetkiä jolloin ei olisi tiennyt mitä sanoa."

" Ohjaaja ohjasi taitavasti, hienosti tilanteita lukien ja lasten iät huomioiden."

Myös oman vuoron odottaminen leikin jatkamiseksi äidin kanssa aiheutti välillä levottomuutta. Yritin katsoa leikit siten, että niiden tekeminen onnistuisi myös kahden lapsen kanssa ilman turhaa odottelua, mutta ei odottelua pystynyt välttämään. Toiset jaksoivat odottelun paremmin kuin toiset. Olisi pitänyt vielä tarkemmin miettiä nämä leikit kahden lapsen kanssa leikittäviksi sopiviksi, vaikka sitten muuntamalla nyt valittuja leikkejä jotenkin tai miettimällä myös muita leikkejä. Nyt valitsin leikit turhan tarkasti suoraan Jernbergin ja Boothin kirjasta.

Vuorovaikutusleikkien ideaa olisi pitänyt selvittää vielä tarkemmin vanhemmille, ja vaikka keskustella siitä yhdessä, esim. heidän mielikuvistaan asiasta sekä näiden leikkien hyödyllisyydestä. Nyt tämä kerta jää mielestäni hieman irralliseksi osaksi vanhempainryhmän toimintaa. Tavoitteeni kuitenkin oli antaa vanhemmille vinkkejä erilaisista leikeistä, joita lapsen

kanssa voi leikkiä positiivisessa hengessä. Nämä leikit kun eivät vaadi mitään erityisiä välineitä, ja lapset pitävät näiden leikkien leikkimisestä. Lisäksi ei-sanan välttämisestä olisi pitänyt viime kerralla keskustella enemmän, ja antaa vinkkejä korvaavista tavoista saada lapsi pois ei-toivotusta käytöksestä. Vanhemmat olivat kuitenkin kokeneet tämän kerran hyvin positiivisesti. Tätä tukee myös yhden äidin kommentti:

" Ehkä olisin tarvinnut enemmän ohjausta ja esimerkkejä siitä, miten olla kieltämättä lasta."

Tavoitteet mukavasta yhdessäolosta toteutuivat hyvin. Vanhemmat näyttivät nauttivan leikeistä lastensa kanssa, ja lapsillakin tuntui olevan hauskaa. Tämä tulee ilmi myös vanhempien arvioinnissa.

" Tyttö selvästi piti leikeistä, mutta oli hieman varuillaan huomiosta tai vieraista lapsista."

" Tänään oli kiva touhuta lasten kanssa. Riemua riitti kaikilla. Oli kivaa! Näitä juttuja voisi tehdä kotonakin. Mukava alku päivälle."

" Tällaiset yhteiset leikit voisivat olla tosi kehittäviä myös kotona."

" Oli ihanaa toimia ryhmässä ja samalla omiin lapsiin keskittyen. Lapset tykkäsivät, onneksi."

Vanhemmille oli selvästi välillä haasteellista ohjata kahta lasta, vaikka olin valinnut leikit niin, että niitä pystyy leikkimään kahden lapsen kanssa. Valitettavasti tästä huolimatta tuli niitä hetkiä, jolloin toinen lapsista joutui odottamaan, ja se jonkin verran vaikutti siihen, että odottava lapsi herpaantui. Tämä tulee ilmi myös vanhempien arvioinnissa.

" Voisi olla terapeutista tehdä näitä leikkejä niin, että olisi vain yksi lapsi paikalla, kun leikkisi. Voisi kehittyä parempi kontakti lapseen."

" Helpompaa olisi ollut, jos olisi vain yksi lapsi ollut itsellä mukana."

6.5 Kerta 5: Rajojen asettaja

Edellisestä vanhempainryhmästä on aikaa kuusi viikkoa, ja siitä syystä lähetin ryhmään osallistuville äideille alkuviikosta tekstiviestin, jossa toivotin heidät tervetulleiksi jatkamaan vanhempainryhmässä.

Rajojen asettajan alarooleihin kuuluvat fyysisen koskemattomuuden takaaja, turvallisuuden luoja, sääntöjen ja sopimusten noudattaja ja valvoja, ei:n sanoja, vuorokausirytmistä huolehtija ja omien rajojen asettaja (Helminen & Iso-Heiniemi 1999, 29-30).

6.5.1 Suunnitelma ja toteutus

Suunnitelma

Tavoitteena tällä kerralla on herätellä vanhempia keskustelemaan rajojen asettamisen tärkeydestä, merkityksestä ja siitä, ettei niiden asettaminen poissulje lapsen rakastamista.

Aluksi on vuorossa kuulumisten vaihtoa, jossa keskustellaan siitä, onko ryhmään osallistumisesta ollut tähän mennessä heille hyötyä. Samalla kysyn heiltä toiveita jäljellä oleviin ryhmäkertoihin.

Käsittelyssä on rajojen asettajan rooli, ja ensin kysyn vanhemmilta, että mitä siihen heidän mielestään kuuluu. Lisäksi kysyn heiltä sitä, millaisia ajatuksia heillä on rajoista ja niiden tarpeellisuudesta. Tämän jälkeen vanhemmat kirjoittavat muiden kertojen tapaan paperille ensin pääroolin eli rajojen asettaja, ja sen jälkeen viereen alaroolit, joiden kohdalle merkitsevät plussia ja miinuksia aiempien kertojen tapaan. Lopuksi keskustelemme näistä alarooleista ja siitä, millaisia plussia ja miinuksia he merkkasivat niiden viereen.

Toteutus

Läsnä oli kolme äitiä.

Alkuun kysyin vanhemmilta, onko tähän mennessä olleista ryhmäkerroista ollut heille hyötyä tai apua arjen tilanteissa.

”Mä ajattelen välillä sitä, ettei sano ei sen joulukuisen jälkeen. Tyyliin, et seuraavan kahden tunnin aikana en sano ei. Onnistunu on vähän huonosti, mut siis se, et huomioi sitä et kuinka paljon sitä kuitenkin koko ajan kieltää. Nuorinkin jo tietää, mitä ei tarkoittaa vaikkei muuta vielä ymmärräkään.”

Kysyin vanhemmilta mahdollisia toiveita jäljellä olevien ryhmien aiheiksi, mutta sellaisia heiltä ei tullut. He olivat valmiita jatkamaan roolikartan läpikäymistä. Pyysin heitä kertomaan, jos he haluavat ottaa jonkin mielenkiintoisen tai mieltä painavan/askarruttavan asian esille.

Seuraavaksi siirryimme varsinaiseen aiheeseen eli rajojen asettajan rooliin. Sanoin tämän roolin olevan yleensä aika haasteellinen ja vaativan vanhemmalta paljon. Kysyin vanhemmilta, että heidän mielestä kuuluu rajojen asettamiseen, mitä he ymmärtävät sanoilla rajojen asettaminen.

"Ei ja ei."

"Just ajattelin sitä samaa eli jatkuvaa kieltämistä. Must tuntuu, et mitään muuta tee kuin kiellän, ja siksi just mä olen ajatellu niitä taukoja. Ja sit on aina se tylsä rajojen asettaja, joka on aina niitä rajoja vahtimassa ja tarkkailemassa, onks nää sovitut säännöt nii et noudataataanks niitä. Mä oon joskus kyl miettiny sitäki, että kuka ne säännöt sopii, koska mei kyllä olla sovittu mitää, mut on meil kyllä hirveesti sääntöjä."

"Must olis hauska pitää joskus sellanen perhekokous, tai ainakin miehen kanssa istuu alas ja juttelee siitä, mitkä ne meidän perheen säännöt on, koska niitä on hirveesti. Kyllähän me ollaan ne tavallaan laitettu, mut et niitä ku tavallaan tekee niinku kulkiessaan."

Tämän jälkeen oli vuorossa pääroolin ja alaroolien kirjoittaminen ja plussien ja miinusten merkkäminen. Tämän jälkeen aloitimme keskustelut näihin liittyen. Eniten keskustelua herätti alaroolista omien rajojen asettaja, ja siihen liittyvät omien voimavarojen ja jaksamisen tunnistaminen ja oman aggressiivisuutensa hallitseminen. Keskustelimme siitä, mitä voi tehdä, kun lapsen käytöksessä tai jossain muussa asiassa jokin oikein ärsyttää.

"Mulla se liittyy tosi paljon tohon omien rajojen asettajaan, että kun ei ota omaa aikaa eikä oo ikinä yksin, ja on menettänyt neljättä, viidettä vuotta sitä pinnaa, kun ei pidä niistä omista jaksamisistaan huolta niin sitten se kostautuu ja näkyy siellä lasten kanssa."

Tässä yhteydessä keskustelimme paljon siitä, miten tärkeää on oman jaksamisen kannalta saada aikaa vain itselleen, sekä tavata esimerkiksi ystäviään ilman lapsia. Sanoin sosiaalisten kontaktien muihin aikuisiin olevan tärkeitä äidille. Tätä mieltä olivat myös äidit:

"Ei se kuulu aikuiseen elämään, et pystyy olemaan 24 tuntii vuorokaudesta vaan lasten kanssa. Kyllähän aikuinen tarvii aikuisia."

Keskustelimme myös siitä, miten toimia, kun lapsi ei toimi vanhempien toivomalla tavalla tai kahnauksia tulee toistuvasti. Yksi äideistä kertoi siitä, miten hän on isomman lapsen kanssa keskustellut niistä vaihtoehtoista, jotka ovat käytössä silloin, kun asiat eivät suju äidin toivomalla tavalla. Hän pyytännyt lasta miettimään olemassa olevia vaihtoehtoja silloin, kun lapsi ei tottele kauniita pyyntöjä eikä tiukasti sanottuja käskyjä, vaan karkailee milloin minnekin tai ei muuten vaan tottele. He ovat yhdessä miettineet rangaistusta näihin tilanteisiin, ja

keskustelleet siitä, millainen olo näistä tilanteista kaikille tulee. Kun näitä asioita on yhdessä pohdittu, ovat tilanteet alkaneet helpottaa pikkuhiljaa.

Rajojen asettamisesta lapsille keskusteltiin paljon. Yhtenä aiheena oli huonosta käytöksestä rankaiseminen, ja se, missä vaiheessa rangaistus toteutetaan. Äidit olivat huomanneet, että rangaistuksen pitäisi tapahtua mieluiten heti huonon käytöksen tapahduttua, eikä vasta muutamana tunnin päästä kotona tai karkkipäivän menettämisen muodossa muutaman päivän päästä. Tähän sanoin itse, että huonosta käytöksestä pitäisi mahdollisuuksien mukaan rangaista heti, sillä jos se tapahtuu vasta tuntien tai päivien päästä, lapsi on voinut jo unohtaa, mistä on rangaistuksen saanut. Sanoin myös, että lasta pitää varoittaa siitä, mitä tapahtuu jos käytös ei muutu paremmaksi. Näin lapsella on mahdollisuus korjata käytöstään. Varoittamatta rankaiseminen ei anna tällaista mahdollisuutta. Sanoin rajojen asettamisen ja niiden pitämisen sekä oman itsensä hillitsemisen ja hallitsemisen olevan yksi haasteellisimmista asioista vanhemmuudessa.

Keskustelua tuli myös siitä, että rajoja voi joutua asettamaan lasten lisäksi myös itselleen ja puolisolleen. Rajojen asettaminen koettiin hyvin monivaihteiseksi asiaksi. Rajoista joustamisesta keskustelimme myös. Kysymyksenä oli, että milloin niistä voi tai kannattaa joustaa, ja miten sen perustelee lapselle.

Tämän keskustelun jälkeen vanhemmat kirjoittivat kirjearviointiin.

6.5.2 Arviointi

Keskustelu oli hyvin vilkasta rajoihin ja perheen sääntöihin liittyen. Äidit kokivat säännöt tarpeellisiksi, mutta haasteelliseksi asettaa. Samoin niiden valvomisen he kokivat joskus haasteelliseksi.

" Itsestä tuntuu, että omien rajojen asetus on yksi vaikeimpia asioita vanhemmuudessa ja tuntui että samoin oli muillakin."

" Rajojen asettajan rooli on tosi haastava ja vaikeakin."

Vilkas keskustelu omasta jaksamisesta oli mielestäni hyvin positiivista. Äidit olivat hyvin tietoisia siitä, että oman ajan ottaminen on tärkeää, vaikka ei aina onnistukaan niin usein kuin tarvetta olisi. Oli hyvä, kun äidit tiesivät oman jaksamisen yhteyden siihen, miten he jaksavat lastensa kanssa.

" Jospa tästä kerrasta jäisi mieleen ainakin se, että omista rajoista ja jaksamisesta on huolehdittava. Silloin lapsillakin olisi rauhallisempi ja tyytyväisempi äiti."

" Ja hyvä muistutus oli myöskin "oman ajan oton" tärkeys."

Positiivinen yllätys oli myös se, miten avoimesti vanhemmat puhuivat omista jaksamattomuuden ja ajoittaisista vihan tunteistaan. Niistä harvoin tulee kovin avoimesti puhuttua, ehkä siitä syystä, että pelätään muiden reaktioita näiden tunteiden ääneen sanomiseen.

"Äidin viha ja voimien loppuminen on yhteiskunnassamme vielä tabu. Aiheesta puhuminen on vaikeaa."

Tältä osin ryhmän tavoitteet onnistuivat hyvin. Keskustelu oli mielestäni hedelmällistä ja hyvin avointa, toivottavasti olen itse osannut vastata vanhempien kysymyksiin ja kommentteihin oikealla lailla. Tämä on haasteellisinta tässä ryhmän ohjaamisessa: miten vastaan vanhempien kommentteihin niin, että he kokevat saavansa tukea itselleen?

Tällä kerralla huolestuin yhden äidin tämän hetkisestä jaksamisesta. Hän vaikutti hyvin väsyneeltä, ja tuntui suhtautuvan hyvin negatiivisesti omaan jaksamiseensa ja rooliinsa äitinä. Otan asian puheeksi esimieheni kanssa siitä näkökulmasta, että miten voin ilmaista huoleni äidin jaksamisesta ja millaista tukea pystyn tarjoamaan. Tämä oli asia, johon en ollut osannut varautua. Ammattilaisena tiedän, että en voi ohittaa tätä huoltani, ja toisaalta ohjaan ryhmää kuitenkin opiskelijana. Missä kohtaa olen opiskelija ja missä kohtaa ammattilainen?

Toivottavasti en aiheuttanut ko. äidille syyllisyyttä ja huonouden tunnetta siinä, kun sanoin omasta hyvinvoinnista ja jaksamisesta huolehtimisen omaa aikaa ottamalla olevan äidille tärkeää. Tarkoitus ei ollut syyllistää entisestään. Vastaisuudessa täytyy muistaa huolehtia siitä, etten sano kovin voimakkaita mielipiteitä johonkin asiaan liittyen. Syyllisyyttä ei minun taholtani tarvitse vanhemmille aiheuttaa.

Keskustelin asiasta esimieheni kanssa puhelimitse viikkoa myöhemmin, ja hän oli sitä mieltä, että huolenaiheeni on todellinen ja ammattilaisena siihen täytyy tarttua. Sovimme, että seuraavan tapaamisen jälkeen keskustelemme aiheesta. Seuraavalla ryhmätapaamisella kuulos-telen äitiä siltä kannalta, että vaikuttaako hän piristyneemmältä vai ei. Keskusteluajan sovimme olevan 4.2.09.

Aiheesta keskustelin myös opinnäytetyön ohjaajani kanssa. Hän koki positiivisena sen, että tällainen asia tuli eteen ryhmän ohjaamisessa. Hänen kanssaan keskustelimme siitä, mikä on ammatillisen vastuun ja ammatillisuuden merkitys tällaisen ryhmän ohjaamisessa. Lisäksi kävimme läpi sitä, miten tärkeää olisi verkostoitua valmiiksi ennen tällaisen ryhmän ohjaamis-

ta. Näin olisi itsellä valmiiksi tiedossa ne tahot, joiden avun pariin voisi vanhempia tarvittaessa ohjata.

6.6 Kerta 6: Rakkauden antaja

Rakkauden antajan rooliin kuuluvat itsensä rakastaja, hellyyden antaja, lohduttaja, suojelija, hyväksyjä ja hyvän huomaaja (Helminen & Iso-Heiniemi 1999, 25-26).

6.6.1 Suunnitelma ja toteutus

Suunnitelma

Tavoitteena on saada vanhemmat huomaamaan niitä monia asioita, jotka kuuluvat rakkauden antamiseen. Lisäksi tavoitteena on saada vanhemmat huomaamaan, että rakkauden antaminen ja rajojen asettaminen eivät ole toisiaan poissulkevia asioita.

Alussa vaihdamme jälleen kuulumisia. Koska edellisen kerran aihe herätti runsaasti keskustelua, kysyn, onko jollakin halua tai tarvetta palata viime kerralla käsiteltyyn rajojen asettajan rooliin. Tämän jälkeen kysyn, mitä vanhempien mielestä kuuluu rakkauden antajan rooliin, sekä miten tärkeäksi he kokevat tämän roolin. Paperille kirjoitetaan muiden kertojen tapaan päärooli ja sen viereen alaroolit. Alaroolien viereen merkataan jälleen plussia ja miinuksia alaroolin kehittyneisyyden suhteen. Keskustelua käydään näiden pohjalta. Jos aikaa jää, keskustellaan vanhemmilta nousevista aiheista.

Toteutus

Läsnä oli kolme äitiä.

Alussa kysyin, haluavatko äidit palata edellisellä kerralla käsiteltyyn rajojen asettajan rooliin. Keskusteltuamme viime kerran tuntemuksista siirryimme ryhmän aiheeseen eli rakkauden antajan rooliin. Sain valinneeni aiheen siitä syystä, että se mielestäni sopii hyvin käsiteltäväksi rajojen asettajan roolin jälkeen. Yhtenä syynä tähän sain olevan sen, että joskus vanhemmat ajattelevat näiden kahden roolin olevan toisensa poissulkevia asioita, ja näin asia ei suinkaan ole. Molempia tarvitaan lapsen kasvun ja kehityksen turvaamiseksi. Kysyin vanhemmilta, mitä asioita heidän mielestään kuuluu rakkauden antajan rooliin. Tätä kysymystä seurasi syvä hiljaisuus, joten kysyin seuraavaksi, miten tärkeänä roolina he tätä pitävät. Kaikki olivat yhtä mieltä siitä, että kyseessä on tärkeä rooli. Siirryimme tästä suoraan kirjoittamaan pääroolia alarooleineen ja plussine ja miinuksineen. Ja sen jälkeen siirryimme keskustelemaan aiheesta.

Eräs äiti kommentoi välittämisestä seuraavasti:

"Mä ehkä turhan vähän näytän sitä välittämistä. Musta tuntuu et mä voisin kyllä näyttää sitä enemmänkin."

Keskustelimme siitä, miten sitä välittämistä voisi näyttää. Hän jatkoi:

" Pitää ainaki kertoa et pitää ja välittää ja muuta. Aika harvoin kuitenkaan teen sellasta, mä pidän sitä lässytyksenä."

Sanoin sanojen olevan tärkeitä, yhtä tärkeää on myös koskettaminen ja muuten hyvänä pitäminen. Sanoin välittämisen osoittamisen olevan haasteellista isompien kanssa, kun he eivät välttämättä halua koskettamista tms. Heidän kohdallaan sanoilla osoittaminen on ehkä toimivampaa. Sanoin tämän riippuvan paljon lapsesta, että mikä tapa on toimivin. Kysyin, miten kahdella muulla äidillä merkinnät menivät.

"Tossa lohduttamisessa on kyllä parantamisen varaa. Kun on ite väsynyt ja sitte molemmat on vaikka satuttanu itsensä ja itkee, ja molemmat sanoo et "Äiti syliin", niin sitten tuli sanottua et "En mä nyt ehi ottaa syliin, pitikö siinä nyt juosta niin, mähän sanoin et älkää juosko...". Se on sitten monesti se lohdutus sitä, että sanoo et "Mähän sanoin". Nii siinä ois hioimista, et ensin lohduttaa ja sit sanoo, et sopiiko, et ens kerralla ette juokse. Et lohduttais just silloin, kun sattuu, eikä aloittais sillä moittimisella."

Seuraavaksi kysyin, miten he kokevat suojelijan roolin. Tähän yksi äideistä sanoi:

"Se on ylikorostunut. ...On mul siin kyl miinuskin. Kyl must tuntuu, et jos lapset välillä jotain niinku pelkää tai ainaki säikähtää, ni on mun ilmeet ja eleet kun suutun. Et kun siin oli et suojelee omilta reaktioilta, ni siin mul kyl on parantamisen varaa. Mä oon yrittänyt kyl, et mä en suojelis niitä liikaa, et ne sais tehdä ite ja kaikkee, mut kyl mä oon aika hysteerinen kaikkien pedofiilien suhteen."

"Toi kännykkä on silleen kyllä paha, et sitä lasta voi kontrolloida silleen metrin tarkkuudella, et "Moi, missä sä nyt oot"."

Toisaalta koimme, että tekniikan kehittyminen on hyvä asia, mutta toisaalta se on tuonut lisää kontrollia. Keskustelimme myös väkivaltaviitteeltä suojelemisesta, sillä sitä on tarjolla monessa muodossa ja lähes joka paikassa.

Tv:n katselu herätti myös keskustelua suojeluun liittyen.

"Oisko mun pitäny laittaa ylikehittyny tohon, ku sillon ku eka lapsi synty ja mä olin sillon yksinhuoltaja ja meillä ei ollu televisiota. Ja mä olen pitäny sen linjan, et meillä ei ole televisiota siellä huoneessa, missä lapset leikkii. Meillä on miehen työhuoneessa telkkari, ja mä olen ajatellu et se ei tule koskaan meillä olemaan siten, et lapset pääsis ite kattomaan sitä. Meille ei tule televisiota olohuoneeseen eikä mihinkään muuhun huoneeseen. Mut onks se sitte ylisuojelua, ku musta alkaa tuntua, et se on tavallista, et lapset kattoo salkkareita. Et pitäskö mun nyt kans alkaa antaa kattoo..."

Toisaalta vanhemmat pitivät tv:n katselua myös hyvänä tapana opettaa mediakriittisyyttä. Tämä edellyttää, että lapsen kanssa katsotaan televisiota yhdessä, ja keskustellaan ohjelman tai mainoksen sisällöstä ja siitä, ovatko ohjelmassa tai mainoksessa esiintyvät asiat mahdollisia oikeasti. Lapsen kanssa keskusteltavaksi aiheeksi nousivat myös erilaiset pelot, ja niistä etenkin kuolemanpelko.

Kysyin, tuliko äideillä muita keskusteltavia merkintöjä kuin nämä välittämiseen, lohduttamiseen ja suojelemiseen liittyvät merkinnät. Tähän yksi äideistä sanoi:

"Sit varmaan itseäänkin vois rakastaa vähän enemmän."

Tähän kommentoi toinen äiti:

"Siitähän aika moni asia kuitenkin lähtee."

Tähän jatkoi yksi äideistä:

"Eikä jaksa lastensakaan kanssa jos ei jaksa itsensä kanssa."

Sanoin, että kun hyväksyy itsessään olevat heikkoudet, on ne helpompi hyväksyä myös toisessa ihmisessä.

Otin seuraavaksi esille rooliin kuuluvan hyvän huomaajan. Sanoin, että on tärkeää huomata lapsessa oleva hyvä ja kun lapsi tekee tai toimii hyvin. Ei ole hyväksi lapselle, jos tartutaan pelkästään niihin asioihin, jotka menevät huonosti tai joissa on parantamisen varaa. Äideistä yksi kertoi lukeneensa eräästä kirjasta, miten lapsen tekemisien kehumista voisi miettiä, että milloin kehuminen on tarpeen ja milloin jokin muu positiivinen palaute.

"Mä aloin kirjan lukemisen jälkeen kiinnittää huomiota siihen, miten poika monesti sanoo, että "Äiti, pompinko hienosti" tai "Oliko hieno pomppu?". Ni sit mä aloin sen jälkeen kysyä sitä, että "Oliks se sun mielestä?". Ja sit ku se sano, et "Oli", ni sit mä sanoin vaan, et

"Tykkäät pomppia". Se vaati kyl vähän opettelua ja voi kuulostaa vähän kököltä, et sanotaan lapselle noin, mut nyt on kuitenkin vaihtoehto, mitä sanotaan lapselle, eikä pelkää, et "Olipa hieno pomppu"."

Yksi äideistä jatkoi:

"Meil oli sama kun keskimäinen opetteli luistelemaan. Sehän odotti koko ajan, et mä keuhun sitä, et "Hyvin menee, hyvin menee", vaikka nilkat oli miten päin vaan. Mä sanoin, et "kyl sun pitää vielä harjotella".

Tähän jatkoi toinen äiti:

"Sehän siinä onkin, et miten sanot sen negatiivisen palautteen tai rakentavan kritiikin. ...Ja miten tuot lapselle esille sopivasti sitä, milloin on syytä hävetä toimintaansa ja milloin voi sanoa lapselle, ettei sille voinut mitään, se ei ole sun vikas. Kun kuitenkin pitäis oppia syyseuraussuhteita ja suhteellisuudentajua.

Tästä keskustelusta siirryimme kirjoittamaan kirjearviointia.

6.6.2 Arviointi

Keskustelun aloittaminen aiheesta alkoi syvällä hiljaisuudella, ja itselleni tuli tunne, että tuleekohan tällä kerralla keskustelua ollenkaan. Onneksi ohjaavien kysymysten avulla keskustelu lähti vauhtiin ja jopa kehkeytyi runsaaksi. Eniten keskustelua herätti lasten suojeleminen ja lohduttaminen.

Vanhemmille näyttää tulevan monenlaisia ajatuksia ryhmässä käytyjen keskustelujen myötä. Selkeästi eniten he tuntuvat huomaavan oman toimintansa puutteet ja kehittämistarpeet. Sekin on hyvä, vaikka toivoisin heidän kokevan ja ajattelevan myös niitä onnistumisia.

"Huomasin taas useita asioita itsestäni, joissa voisin parantaa."

Onneksi yhden äidin kirjeessä tuli esille, että hän kokee tämän roolin olevan hyvin hallussa. Näitä positiivisia asioita pitäisi ehkä enemmän tuoda esille.

"Ilokseni huomasin, että suhtaudun itsekin "suoritukseeni" tässä asiassa hyvin. Että olen itsekin tyytyväinen rooliini."

Tuntuu, että vanhemmat mieluiten puhuvat kehittämisen tarpeistaan. Voi olla, että siten on mahdollista purkaa omaa oloaan, ja saada tukea ja kannustusta muilta vanhemmilta. Hyvien asioiden jakaminen antaisi kuitenkin ideoita ja vinkkejä muille vanhemmille. Toisaalta he kokevat kuitenkin saavansa vinkkejä ja kannustusta muilta vanhemmilta, ja kokevat helpottavana kuulla, etteivät ole ongelmineen yksin.

" Nämä kurssit ovat siitä hyviä, että herää ajattelemaan asioita ja saa vihjeitä arkielämään. Ja lisäksi huomaa, että samoja "ongelmia" on muillakin."

" Keskustelua syntyy hyvin ja tuli hyviä ideoita muilta kavereilta."

Tavoitteet toteutuivat melko hyvin, vaikka alussa siis tulikin syvä hiljaisuus aiheeseen liittyen. Tähän kohtaan olisi voinut tuoda myös muita näkökulmia kuin mitä vanhemmuuden roolikartassa tähän kohtaan on kirjattu. Liikkeelle olisi voinut lähteä myös siitä, että vanhemmat kertovat itse, mitä heidän rakkauden antajan roolinsa pitää sisällään. Sen pohjalta olisi voinut käydä läpi sitten niitä roolikartan alarooleja aiheeseen liittyen.

Nyt en ollut enää niin huolissani edellisellä kerralla väsyneeltä ja masentuneelta vaikuttaneesta äidistä. Tällä kerralla hän oli selvästi pirteämpi ja iloisempi. Keskustelen kuitenkin esimieheni kanssa asiasta, sillä on hyvä kuitenkin purkaa itseltä tämä asia pois vaivaamasta. Kyllä tämä kuitenkin on tämän kaksi viikkoa mielessä ollut. Tästä syystä olisi hyvä, jos ryhmää olisi ohjaamassa kaksi ihmistä. Tällöin olisi mahdollisuus purkaa näitä omia tuntemuksia ja ajatuksia saman tien jonkun toisen kanssa.

4.2.09 keskustelin esimieheni kanssa tästä yhden äidin jaksamisesta ja huolen ilmaisemisesta. Kävimme läpi sitä verkostoa, joka meillä on olemassa eli neuvola ja perheneuvola, joiden palvelujen pariin voin tarpeen vaatiessa ohjata. Lisäksi sovimme, että yritän olla yhteydessä ko. äitiin ja ilmaista huomioni ja huoleni. Tämän teen niin, ettei siitä tiedä muut ryhmään osallistuvat vanhemmat. Parhaimpana koimme sen, että yritän puhelimitse tavoittaa äitiä, ja keskustella asiasta. Ennen seuraavaa tapaamista ehdin tavoitella vain pari kertaa äitiä, saamatta kuitenkaan häntä kiinni. Tekstiviestillä ilmoitin hänelle yrittäneeni tavoitella häntä kysyäkseni kuulumisia, ja että voimme palata asiaan myöhemmin.

6.7 Kerta 7: Elämän opettaja

Elämänopettajan rooliin kuuluvat arkielämän taitojen opettaja, oikean ja väärän opettaja, sosiaalisten taitojen opettaja, mallin antaja, tapojen opettaja, perinteiden vaaliija, arvojen välittäjä ja kauneuden arvostaja (Helminen & Iso-Heiniemi 1999, 26-28).

6.7.1 Suunnitelma ja toteutus

Suunnitelma

Tavoitteena on keskustella siitä, miten tärkeä vanhemman rooli on etenkin oikean ja väärän, sosiaalisten taitojen ja tapojen opettajana sekä mallin antajana ja arvojen välittäjänä.

Alussa vaihdamme perinteiseen tapaan kuulumisia. Sen jälkeen aloitamme roolin käsittelyn. Kysyn vanhemmilta, mitä heidän mielestään kuuluu elämänopettajan rooliin, ja miten tärkeä tämä rooli heidän mielestään on. Vanhemmat kirjoittavat edellisten kertojen tapaan paperille pääroolin ja alaroolit, ja laittavat alaroolien viereen plussat ja miinukset. Tämän jälkeen keskustelemme näistä.

Ryhmäkerran lopussa jaan vanhemmille Tulevaisuuden muistelu- paperin ja annan ohjeistuksen tulevaisuuden muistelun kirjoittamiseen. Paperiin olen kirjannut myös vinkkejä päiväkirjan kirjoittamista varten. Lopussa kysyn myös toiveita viimeisen kerran keskustelunaiheiksi.

Toteutus

Läsnä olivat kaikki neljä äitiä.

Heti alussa tuli puhetta jo seuraavasta kerrasta, joka on ryhmän viimeinen tapaamiskerta. Kerroin, että seuraavalla kerralla he täyttävät ryhmän toimintaan liittyvän arviointilomakkeen. Tämän jälkeen oli vuorossa kuulumisten vaihto, jonka jälkeen siirryimme tämän kerran aiheeseen eli elämän opettajan rooliin. Kysyin vanhemmilta, mitä tämä rooli heidän mielestään sisältää. Vanhemmilla tuli mieleen monenlaisia ajatuksia, mutta niiden selittäminen koettiin vaikeaksi.

"Musta tuntuu, että se lapsi on kyllä enemmän se elämänopettaja kuin aikuinen."

"Mitä siitä omasta elämästään voi oikeen kertoa, et mikä on niinku järkevää kertoo omista kokemuksistaan ja saada lapset oppimaan niistä. Ku ei ne kuitenkaan kuuntele niitä, ne tekee ne omat mokat. Ja missä määrin pitää säilyttää se sellanen, niinku äiti on järkevä ihminen."

Mallina toimiminen herätti myös keskustelua. Jos itse toimii ei-toivotulla tavalla, onko silloin todellisia mahdollisuuksia kieltää sitä lapselta, tai millä perusteilla sen kieltää. Vaikka kotona käyttäytyttäisiin hyvin eikä esimerkiksi kiroiltaisi, kuulevat lapset niitä kuitenkin muualta. Eräs äideistä oli keskustellut lapsensa kanssa siitä, mitä eri kirosanat tarkoittavat ja mistä ne ovat saattaneet saada alkunsa.

Tämän keskustelun jälkeen oli vuorossa pääroolin ja alaroolien kirjoittaminen paperille plus-sine ja miinuksineen. Sanoin, että monista alarooleista olemme jo keskustelleetkin tässä kuulumisten vaihdossa. Sanoin, että yhtenä osana elämän opettajan roolia voidaan ajatella olevan sen, että opettaa lapselleen niitä asioita, jotka ovat arvokkaita elämässä, kuten perhe ja ystävät.

Keskustelua ei tästä roolista juuri tämän enempää tullut, monia rooliin kuuluvia asioita käytiin läpi heti ryhmäkerran alussa vapaassa keskustelussa. Kysyin, haluavatko vanhemmat jatkaa keskustelua elämänopettajan roolista, tai onko heillä jotain, jonka haluavat nostaa esille alarooleihin liittyen.

Perinteiden vaalija herätti keskustelua, ja etenkin siltä osin, että mitä puutteita äidit ovat tässä kohtaa toiminnassaan huomanneet.

"Noi perinteet on mulla vähän sellanen, et mä huomaan, et meillä on vähän katkeemassa mun äitiyden kohalla sellaset pienet perinteet, mitä on ollu. Mä en tiedä miks, mut mä en oikeen niitä hallitse. Kyl mä pidän niitä periaatteessa ihan tärkeinä, mut mä en saa just toteutuksen tasolle, just niinku pääsiäiset ja vaput, no, joulun nyt sentään. Just nää sellaset, mist mä lapsena ihan hirveesti tykkäsin, et oli sellanen rytmi vuodessa, et tuli ne tiettyt sellaset. Ei meilläkään nyt pääsiäistä kauheesti juhlistu, mut oli kuitenkin jotain. Mä huomaan, et se on mulle aika haastavaa pitää perinteistä kiinni."

"Mä luulen, tai ainaki odotan ja toivon, et ne tulee jotenki enemmän sitte, ku lapset on isompia. Sit ne on jotenki enemmän ulkoympäristön kanssa tekemisissä, ja se tulee jotenki muutaki kautta, kun käy esim. kylässä ja saa suklaamunan, kun onki pääsiäinen ja siellä on pääsiäiskoristeet ja jotaki tällasta."

"Nyt jotenki ton kerhon kautta on tullu vähä itelleki, ku ne tuo ne koristeet sieltä ja ne juttelee siellä niistä. Mut mä huomaan tosi selvän eron mun äidin ja itseni välillä siinä, et miten niitä vie eteenpäin."

Perinteistä poikkeamisen vanhemmat kokivat myös haasteellisena asiana, ja siitä keskusteltiin jonkin verran. Ydinkysymys oli se, onko perinteitä pakko vaalia tietyllä tavalla ja vanhan kaavan mukaan, vai voiko alkaa muodostaa omia, omalle perheelle sopivia perinteitä, vaikka ne eroaisivat vallalla olevista "vanhoista" perinteistä.

"Miks se muuten on aina noin? Se on toisaalta vähän kurja, että jos joku haluaa tehdä eri tavalla, ni minkä takii ne, jotka tekee sen vaikka perinteen mukaan, ni minkä takii niiden pi-

*tää vaatia perusteluja eri tavalla tekevältä? Eiks enemminki pitäs kyseenalaistaa niitä perin-
teen mukaan tekeviä?”*

Tämän keskustelun jälkeen aloin kertoa päiväkirjaan keksimästäni uudesta lisästä, Tulevai-
suuden muistelusta. Kerroin, mihin Tulevaisuuden muistelu on kehitetty ja mikä sen tarkoitus
on. Tulevaisuuden muistelun kehystarinan sanoin olevan aivan kuvitteellinen, enkä missään
nimessä odota heidän tulevaisuuden olevan samanlainen. Tulevaisuuden muistelupaperiin olin
lisäksi kirjannut ideoita päiväkirjan kirjoittamisen pohjaksi. Lopuksi jaoin kehystarinan kysy-
myksineen ja päiväkirjaideoineen äideille. Sanoin palauttavani päiväkirjat äideille opinnäyte-
työni valmistumisen jälkeen. Lopuksi äidit kirjoittivat kirjearvioinnin.

6.7.2 Arviointi

Tällä kerralla keskustelu rönsyili ehkä muita kertoja enemmän, mutta aiheestakin keskustel-
tiin, tosin ennen aiheen varsinaista käsittelyä. Toisaalta rönsyilevässä keskustelussa tulee
esille paljon hyviä aiheita, ja siksi annoin sen tapahtua. Olen huomannut, että käsiteltävästä
roolista riippuen välillä keskustelu lähtee helpommin rönsyilemään sivupoluille: jos käsiteltä-
vän roolin suhteen vanhemmat kokevat asian olevan pääasiassa hyvin, keskustelu on rönsyile-
vää, jos taas he kokevat siinä kehittämisen tarpeita, keskustelu pysyy paremmin roolin ympä-
rillä. Aina ei ollut helppoa päättää, pitääkö rönsyily katkaista alkuunsa vai antaa sen tapah-
tua.

Vanhempien palautteesta tuli kuitenkin esille se, että keskustelu oli saanut heidät mietti-
mään omaa rooliaan elämän opettajana. Oli hyvä lukea myös niistä positiivisista kokemuksis-
ta, joita vanhemmilla rooliin liittyen on.

*” Itse koin tämän kerran aiheen siitä ”kiitolliseksi”, että tällä vanhemmuuden osa-alueella
pystyn tuntemaan itseni onnistuneeksi tai ainakin melko osaavaksi.”*

Vanhemmat kokivat aiheesta keskustelemisen hyvin tärkeänä ja ajatuksia herättävänä, mikä
oli mielestäni hyvä asia.

*”Hei! Tänään puhuttiin vanhemmasta elämän opettajana. Tämä on mielestäni tärkeä aihe,
joka sivuaa jokapäiväistä elämää. Näitä aiheita tulee tehtyä ja niistä puhuttua huomaamat-
ta joka tunti elämästä. Koin tunnin hyvin mielenkiintoisena!”*

*”... ja taas sai herätellä itseään huomamaan omia toimintatapojaan ja sai miettiä toimiiko
oma kasvatus ja toiminta aina oikein. Aiheena meillä oli elämänopettaja ja aloin pohtimaan
rooliani mallinantajana, kuinka lapsille aina väännän rautalangasta, ettei jotain saa tehdä ja*

kuitenkin itse teen seuraavassa hetkessä niin, esim. kiroilun suhteen. Kyllä taas sai herätä huomaamaan oman käytöksensä...”

Huomasin, että yksi äideistä oli hyvin hiljainen eikä juuri osallistunut käytävään keskusteluun. Nyt en ehkä osannut itse vetää häntä aktiivisesti mukaan keskusteluun. Hän kuitenkin näytti kuuntelevan aktiivisesti, ja se kertoo siitä, että hän kuitenkin jollain tasolla oli mukana keskustelussa. Täytyy ensi kerralla muistaa vetää häntä enemmän mukaan keskusteluun, vaikka kysymällä erikseen hänen näkemystään tai kokemustaan keskustelussa olevasta aiheesta.

6.8 Kerta 8: Loppuarviointi ja keskustelua

6.8.1 Suunnitelma ja toteutus

Suunnitelma

Aloitamme tuttuun tapaan kuulumisten vaihdolla. Tämän jälkeen keskustelemme vanhemmilta esiin nousevista aiheista. Esittelen vanhemmille erilaisia Mannerheimin Lastensuojeluliiton internetsivuilta tulostamiani huoneentauluja. Näiden huoneentaulujen avulla voi käydä läpi mm. perheen arvoja, parisuhteen arvoja, metsästää esim. kadonnutta sopua, unta tms.. Lisäksi huoneentaulujen avulla voi tehdä oman ajanhallinnan päiväkirjan tai pitää ajatuspäiväkirjaa, sovittaa vastuita tai käyttää neuvottelupolkua ristiriitojen ratkaisemiseksi. Kerron, että huoneentauluja löytyy mll.fi sivustolta, ja sieltä linkkien perheelle -> tukea vanhemmille -> huoneentaulut kautta. Lisäksi vanhemmat saavat tehdä lapsirakkaustestin, jonka olen tulostanut myös mll.fi sivustolta. Lopuksi vanhemmat täyttävät arviointilomakkeen sekä antavat minulle kirjoittamansa päiväkirjan palautusosoitetietoineen.

Toteutus

Läsnä oli kolme äitiä.

Alussa yksi äideistä esitteli saamaansa vuorovaikutusleikkiopasta muille äideille. Hän sanoi olevansa tyytyväinen oppaaseen ja siinä oleviin erilaisiin leikkeihin. Hän sanoi huomanneensa, että oppaassa on paljon erilaisia kivoja ja hauskoja leikkejä, joita voi lapsen tai lasten kanssa tehdä. Sanoin, että näitä vuorovaikutusleikkejä käytetään myös päiväkodeissa melko paljon, ja lapset pitävät niistä. Hän sanoi oppaassa olevan paljon sellaisia leikkejä, joita voi leikkiä yksin parinkin lapsen kanssa.

Keräsin äitien kirjoittamat päiväkirjat heti alussa, kun he olivat ottaneet ne sopivasti esille. Pyysin heitä laittamaan päiväkirjaan palautusosoitetiedot, jotta saavat ne sitten takaisin, kuten olin luvannut.

Sanoin, että tälle kerralle en ole suunnitellut mitään varsinaista keskusteluaihetta, tarkoitus on keskustella heiltä esiin nousevista aiheista. Kerroin, että lopussa saavat täyttää arviointilomakkeen. Tämän jälkeen esittelin heille Mannerheimin Lastensuojeluliiton sivuilta tulostamani huoneentaulut, ja laitoin kyseiset taulut kiertämään äitien katsottavaksi. Sanoin huoneentauluja olevan monia erilaisia, tulostin itse vain muutamia. Sanoin sivuilta löytyvän mm. tietokoneen käyttösopimuksen, jota voi käyttää esim. isomman lapsen kanssa. Tähän yksi äideistä kommentoi, että sellainen pitäisi tehdä oikeastaan miehen kanssa.

Perheen arvotaulu koettiin mukavana, ja myös tarpeellisenä. Yksi äideistä kommentoi arvotaulua näin:

"Tää on must ihana tää arvotaulu. Tästä vois sit värittää ne omat tähdet. Tällanen pitäis olla äidille oma, ja sit se ihannetila ja toteutunu tilanne."

Tähän kommentoi toinen äiti:

"Ei, se olis liian masentavaa."

Sanoin, ettei ole hassumpi idea täyttää sitä kaikkien niiden perheenjäsenten kanssa, joiden voi olettaa ymmärtävän, mistä on kyse. Jokainen voisi värittää oman taulun, ja sitten keskusteltaisiin asiasta. Tähän yksi äideistä jatkoi:

"Niin, laskiskin keskiarvon ja kattois, et kohtaako ne."

"Jos kaikki täyttäis oman, ja varsinki niinku vanhemmat. Monesti törmää niinku siihen aina, niinku meiän perheessäki, et jotain mitä mä ajattelen pitää tehdä, mut mun miehellä ei lapsuuden perheessä oo ehkä tehty sitä ollenkaan, tai toisinpäin. Ja sit toinen ei niinku yhtään tajuu, et se on toiselle tärkeä. Ja mä oon ainaki sellanen, et sit mä vaan niinku mökötän. En mä ainakaan rupee niinku kyseleen, et onks tää käyny sun mielessä, tai jotain. Sit mä vaan oon hirveen vihanen."

Sanoin, että omaan perheeseen tuo mukanaan niitä asioita, joita on ollut omassa lapsuudenperheessä. Ja samalla tavalla myös puoliso tuo mukanaan oman lapsuudenperheen tapoja yms. mukanaan omaan perheeseen. Näiden välille pitäisi sitten löytää se keskitie ja kompromissit, että mitä asioita tehdään ja toteutetaan tässä meidän perheessä. Tämän keskustelun

jälkeen siirryimme kuulumisten vaihtamiseen. Seurasi syvä hiljaisuus, josta päätelin, että asiat ovat perheissä hyvin.

Tämän jälkeen jaoin vanhempien täytettäväksi lapsirakkaustestin. Sanoin, etten halua testejä itselleni, he saavat pitää ne. Sanoin heille, että ovat itselleen rehellisiä ja samalla kuitenkin armollisia. Luin vielä äänen kohdan, jossa sanotaan, että pitää riemuita jokaisesta kyllä-vastauksesta ja olla tyytyväinen joskus-vastauksiin. Täyttämisen lomassa keskustelimme lasten ja miehen sosiaaliturvatunnuksen muistamisesta ja nimipäivien ja syntymäpäivien muistamisesta ja nimipäivien juhlistamisesta.

Äidit sanoivat muutamia kommentteja lapsirakkaustestin muutamasta kohdasta.

"Mua nauratti tää "Ajattelet lapsista hyvää". Oli pakko laittaa joskus. Kyl mä oikeesti välillä ajattelen niistä sillai, aika montaki kertaa päivässä, et "ei taas", jotenki sillee pahaa, tai ei siis varsinaisesti pahaa niinku et mä inhoon tota, vaan semmost, et ku yks on hidas ku etana aamusin ja päivisin ja iltasin... ja yks taas unelmoi ihan omissa maailmoissaan. Kaikkii semmosii, mitä nyt puolisoistaankin ajattelee melkein päivittäin. Kauheet laittaa, et ei ajattele lapsistaan aina hyvää."

"Mulla oli tää "Rapsutat lasta", ni pakko oli laittaa, et kyllä, miltei aina, ku niillä on joku ihmehen koiranpentuleikki, ni sit ne tulee siihen jalkaan kiinni ja niit on pakko rapsuttaa. Ne ei lähe siit ennen kun on rapsuttanu. Tällä hetkellä miltei aina toinen käsi on siellä rapsuttamassa..."

Yksi äideistä kommentoi lapsirakkaustestiä näin:

"Tää oli aika hyvin laadittu, siis ku mä tunnen olevani ihan huipputaitava syyllistyjä, ni täst tuli silti aina ihan hyvät pojot. Siellä on kyllä joku miettiny pitkään, et miten tän laatii."

Sanoin testin pitävän sisällään hyvin arkisia asioita ja tilanteita, sellaisia, joita lapsen kanssa eteen tulee tai on hyvä tehdä, kuten nauraa yhdessä lasten kanssa, kuunnella heitä jne.

Testin teon jälkeen jaoin äitien täytettäväksi arviointilomakkeen, sillä keskustelunaiheita ei enää tullut. Lomakkeen täyttämisen jälkeen keskustelimme opinnäytetyöstäni ja siihen liittyvistä asioista. Lupasin ilmoittaa vanhemmille, missä työni on luettavissa, kun se on valmis. Lopussa keskusteltiin vielä siitä, miten vaikea on hyväksyä lapsessaan etenkin niitä piirteitä, jotka ovat selkeästi periytyneet itseltä, tai ne piirteet ovat ärsyttäviä puolisoissa tai jommankumman suvussa. Samaa keskustelua käytiin siitä, miten lapset käyttävät vanhempien käyttämiä sanontoja omissa leikeissään, ja kuinka pahalta niitä välillä tuntuu kuunnella, ja kuinka ne herättävät välillä pahojakin syyllisyyden tunteita.

Lopuksi toivotin äideille hyvää jatkoa ja voimia omassa vanhemmuudessaan.

6.8.2 Arviointi

Tällä kerralla oli selvästi aistittavissa, että oli viimeinen kokoontuminen. Koska en ollut varannut mitään erityistä keskustelunaihetta, välillä keskustelu rönsyili hyvin paljon, välillä tuli hyvin hiljaisia hetkiä. Lapsirakkaustestin täyttäminen oli hyvä idea, ja siitä irtosi hyviä keskustelun aiheita. Nyt oli kuitenkin mahdollisuus päättää ryhmä, joten tämä yksi ylimääräinen kerta oli hyvä asia. Äidit saivat täyttää lomakkeen rauhassa, ja sen jälkeen jäi vielä aikaa jutella ja päättää ryhmä rauhassa ilman, että äitien piti kiirehtiä hakemaan lapsiaan. Tämä kerta opetti kuitenkin sen, että tällaisissa tapaamisissa on hyvä olla joku keskusteltava aihe valmiina. Muuten tunnelma voi välillä olla hieman vaivautunut ja hiljainen.

7 ARVIOINTI

7.1 Vertaisarviointi

Vertaisarviointia minulle antoi esimieheni tallentamieni DVD:n avulla. Vertaisarviointia sain pari kertaa ryhmien ohjaamisen aikana, ja lopussa sain yhteenvedonomaisten arvioinnin ryhmän ohjaamiseen liittyen. Alla on suora lainaus esimieheni vertaisarvioinnista.

”Seurasin ryhmän toimintaa Tarja Seppäsen kanssa käytyjen keskustelujen kautta. Sen lisäksi katselin videoita kokoontumisista jälkikäteen ja annoin niiden pohjalta Tarjalle palautetta ryhmästä ja ryhmän vetämisestä. Ryhmän istunnot olivat hyvin ennalta valmisteltuja, mutta toisaalta Tarja osasi ryhmätilanteissa soveltaa materiaalia ryhmän tarpeita vastaavaksi. Palautetta annoin Tarjalle ensimmäisten istuntojen pohjalta siitä, että hän voisi kiinnittää huomiota itsensä käyttämän puheen/puheenvuorojen määrään eli antaa vielä enemmän tilaa ryhmäläisille. Tarja otti tämän huomioon seuraavilla kerroilla. Tarja sai luotua ryhmään luontevan ja luotettavan ilmapiirin mikä näkyi ryhmäläisten innokkaana osallistumisena toimintaan.

Ryhmä sai osallistujilta myönteistä palautetta ja sen olisi toivottu jatkuvan pidempään. Vastaavanlaisen ryhmän toiminnalle olisi varmaankin jatkossa kysyntää asukaspuiston toiminnassa. Ryhmässä käytetty vanhemmuuden roolikartta tuntuu soveltuvan hyvin tämän tyyppisen ryhmän pohjamateriaaliksi. Jatkossa jonkin tyyppisen vanhempainryhmän toimintaa harkitaan asukaspuiston toiminnassa.”

7.2 Vanhempien antama arviointi

Vanhempien antaman arvioinnin pohjana ovat tekemäni arviointilomake. Arviointilomakkeessa oli 25 kysymystä, jotka kaikki liittyivät ryhmän toimintaan, tiloihin ja ohjaajan toimintaan. Lisäksi oli viisi avointa kysymystä ryhmään liittyen, ja näihin vanhemmat saivat vastata vapaasti omin sanoin. Käsittelen vanhempien antamaa palautetta aihealueittain, ja teen kokoaivan arvioinnin annetuista vastauksista ilman taulukoita, prosenttiosuuksia tai käyriä. Näin siksi, että vastauksia on neljä kappaletta, ja etenkin prosenttiosuuksiksi saadaan isoja lukuja esimerkiksi jo yhden eriävän mielipiteen kohdalla.

Kysymykset 1-6 koskivat ryhmän käytössä olleita tiloja ja ryhmään liittyviä järjestelyjä. Vastauksista sai ympyröidä joko vaihtoehdon 1 eli kyllä tai vaihtoehdon 2 eli ei. Jos vastasi vaihtoehdon 2, pyysin heitä antamaan toisen vaihtoehdon tai ehdotuksen kysymykseen liittyvään aiheeseen.

Vanhempien antaman arvioinnin perusteella voin sanoa, että ryhmään liittyviin järjestelyihin vanhemmat olivat tyytyväisiä. Ainoa erimielinen vastaus tuli kokoontumistiheyteen liittyen, johon yksi vanhemmista toivoi tiheämpää kokoontumistahtia. Itse ajattelin, että kokoontuminen joka toinen viikko ei kuormita liikaa ja antaa perheille vapautta suunnitella perjantai-aamupäiville muutakin toimintaa kuin vanhempainryhmä. Lisäksi se antoi myös asukaspuistolle mahdollisuuden järjestää avointa toimintaa puiston käyttäjille.

Tiheämmässä kokoontumisessa asukaspuiston henkilökunta olisi joutunut sitoutumaan ryhmään osallistuvien vanhempien lasten hoitamiseen kahdeksan viikkoa peräkkäin. Tämä aika olisi ollut pois puiston avoimesta toiminnasta ja sitä myöten alueen muilta puistoa käyttäviltä vanhemmilta. Kaksi kertaa toimintaan tuli pidempi tauko: kerran kolme viikkoa ja kerran neljä viikkoa. Nämä tauot olivat turhan pitkiä, mutta niitä ei voinut välttää. Osaksi syynä olivat omat koulupäiväni ja osaksi puiston oma toiminta.

Kysymykset 7-14 koskivat ryhmässä käsiteltyjä aiheita ja niiden antia. Vanhempien piti ympyröidä parhaiten kuvaama vaihtoehto, ja vaihtoehdot olivat asteikolla 1-5, jossa 1 tarkoitti täysin samaa mieltä ja 5 tarkoitti täysin eri mieltä. Vaihtoehdon 3 ajattelin tarkoittavan samaa kuin en osaa sanoa tai ei samaa eikä eri mieltä.

Vastauksista voi päätellä, että vanhemmat olivat pääsääntöisesti tyytyväisiä ryhmässä käsiteltyihin aiheisiin ja niiden antiin. Täysin tyytyväisiä he eivät olleet, siitä kertoo vaihtoehdon 2 valitseminen. Vanhempainryhmään liittyneet odotukset näyttivät melko hyvin toteutuneen, lukuun ottamatta yhden vanhemman kohdalla. Näistä vanhempien odotuksista ryhmälle olisi pitänyt keskustella pitkin matkaa, kun nyt niitä kyselin vain ensimmäisellä kerralla.

Vanhemmuuden roolikartta koettiin melko hyvin vanhemmuutta tukevana ja pohtimisen aiheita antavana välineenä. Tästä syystä valitsin roolikartan vanhempainryhmän pohjaksi. Osa rooleista vanhemmilla oli todella hyvin hallussa, osan rooleista he kokivat kaipaavan enemmän huomiota. Roolikartan avulla on mahdollista saada esille myös ne asiat, jotka jo toimivat perheessä hyvin.

Kysymys 13, joka liittyi vanhempien omien kokemusten ja ajatusten hyödyllisyyden arviointiin suhteessa muihin vanhempiin, on vanhempien itsensä hieman vaikea arvioida. Tämä kysymys oli mukana siitä syystä, että vanhempainryhmä oli myös vertaisryhmä, ja vertaistukea voi sekä antaa että saada. Vertaistuen antamisen hyödyllisyyttä on tosin vaikea itse arvioida. Toisaalta kirjearviointeissa tuli esille se, että vanhemmat ovat kokeneet hyödyllisenä omien kokemusten jakamisen.

Kysymykset 15-25 koskivat ryhmän toimivuutta ja ohjaajan toimintaa ryhmässä. Näissäkin kysymyksissä vanhempien piti ympyröidä parhaiten kuvaama vaihtoehto. Vaihtoehdot olivat asteikolla 1-5, jossa 1 tarkoitti täysin samaa mieltä, 5 tarkoitti täysin eri mieltä ja numeron 3 ajattelin tarkoittavan samaa kuin en osaa sanoa tai ei samaa eikä eri mieltä.

Vastauksista voi päätellä, että ryhmä koettiin luottamuksellisena ja turvallisena. Ryhmässä oli helppo keskustella asioista ja tuoda esille omia kokemuksia ja ajatuksia vanhemmuuteen liittyen. Vanhempien oli myös helppo tulla ryhmään, ja se kertoo siitä, että ryhmän ilmapiiri oli positiivinen, kannustava ja tukeva.

Toimintani ohjaajana voidaan vanhempien palautteen perusteella katsoa onnistuneeksi. Isoin haitari vastauksissa tuli kysymyksessä 21, joka koski ohjaajan kannustusta käytyihin keskusteluihin osallistumiseen. Tämän ongelman tunnistin usein ryhmien kuluessa. Vanhemmista yksi oli selvästi hiljaisempi, ja saattoi olla ryhmäkerran aikana enemmän kuuntelijan kuin keskustelijan roolissa. Kuuntelu oli kuitenkin selvästi aktiivista, ja sillä tavalla ryhmään osallistuvaa. Aina välillä kysyin häneltä suoraan mielipidettään tai kommenttejaan keskusteltavaan aiheeseen liittyen, ja näin yritin vetää häntä mukaan keskusteluun. Toisaalta ryhmään osallistuminen voi olla myös aktiivista kuuntelua.

”Vapaan sanan” kommentteissa tulee hyvin esille se, että vanhemmat kokivat ryhmän tarpeellisena ja vertaistukea antavana. Vanhemmat kokivat, että ryhmässä keskustellut aiheet pääsääntöisesti auttoivat heitä, vaikka keskustelu välillä rönsyilikin. Tosin ongelmien ratkaisuihin haluttiin enemmän vinkkejä, ja näihin olisi voitukin paneutua enemmän. Muutamia vinkkejä vanhemmat ryhmien kuluessa toisilleen antoivat, mutta ehkä minun olisi päivähoiton ammattilaisena pitänyt aktiivisemmin tarttua näihin ongelmatilanteisiin ja antaa vinkkejä niiden hoitamiseksi.

Yhden vanhemman ehdottama tapaaminen esimerkiksi vuoden päästä oli hyvin mielenkiintoinen ja ajatuksia herättävä. Tapaaminen myöhemmin toisi esille sitä, oliko ryhmässä käsiteltyistä asioista heille hyötyä, ja ovatko he saaneet muutettua toimimattomia asioita ja tilanteita parempaan. Se ei palvelisi enää opinnäytetyötä, mutta voisi palvella vanhempia itseään. Tosin osa vanhemmista saattaa olla siinä vaiheessa työelämässä, joten tapaamisen järjestäminen ei välttämättä ole helppoa, mutta ehkä kuitenkin yrittämisen arvoinen.

7.3 Itsearviointi

Ryhmän ohjaamisen koin pääasiassa menneen hyvin ja sain siitä vahvistusta omalle ammatti-identiteetilleni. Tällaisen ryhmän ohjaaminen oli minulle ensimmäinen kerta. Kokemukseni ryhmän ohjaamisesta ovat tähän mennessä kertyneet päiväkotityöstä lapsiryhmien ohjaamisesta. Jonkin verran sain kokemusta aikuisryhmän ohjaamisesta viime keväänä työharjoittelussani avoimessa päiväkodissa, mutta siellä ryhmän ohjaaminen ei ollut minun vastuullani. Olin vain mukana siinä, tietyllä tavalla ”apuohjaajan” roolissa. Tämä ryhmä oli ensimmäinen, kokonaan minun vastuullani ollut ryhmä. Onnistuminen tämän ryhmän ohjaamisessa antoi uskoa siihen, että tulevaisuudessakin voisin ohjata tällaisia ryhmiä.

Onnistumisesta huolimatta myös kehitettävää jäi paljon. Tärkein niistä on riittävä valmistautuminen etukäteen, ja tämän valmistautumisajan saaminen itselleen. Pääallekkain tämän ryhmän ohjaamisen kanssa oli muita opintoja ja niihin liittyviä tehtäviä sekä työssäkäynti. Näistä syistä johtuen aikaa ei aina jäänyt riittävästi valmistautua ryhmässä käsiteltävään aiheeseen ja jälkeinpäin tunteiden ja ajatusten kirjaamiseen. Turhan usein odotti jo seuraava tehtävä tai asia huomiotaan, ja ryhmässä heränneiden ajatusten ja tunteiden kirjaaminen jäi lähes kokonaan tai vähintäänkin siirtyi useamman päivän päähän. Näin kaikkia ajatuksia ja tunteita ei saanut kirjattua tuoreeltaan muistiin, ja niiden muistaminen päivien päästä oli hankalaa, välillä jopa mahdotonta.

Kehittämisen tarvetta jäi myös omassa roolissa ryhmän ohjaamisessa. Etenkin alussa olin turhan innokas ohjaamaan keskustelua, ja näin vein tilaa vanhempien omalta keskustelulta. Keskustelun ohjaaminen oli joskus tarpeen, mutta välillä olin kuitenkin turhan innokas. Toisaalta joskus annoin keskustelun rönsyillä turhankin paljon puuttumatta tai hillitsemättä sitä mitenkään. Keskustelun rönsyt ovat joskus hyviä ja tarpeellisia, täytyy kuitenkin muistaa, että pääasiallinen tarkoitus oli kuitenkin keskustella kulloinkin aiheena olleesta vanhemmuuden roolista. Joskus tosin pääsimme rönsyjen kautta itse aiheeseen, ja joskus nämä rönsyt toivat lisämaustetta käytävään keskusteluun vanhemmuuden roolista.

Kehittämistä jäi myös siinä, miten osaisin vetää ryhmän hiljaisimpia mukaan keskusteluun. Aideista kolme oli hyvin aktiivisia ja innokkaita keskustelijoita ja yksi äideistä oli heitä huo-

mattavasti hiljaisempi. Välillä vedin häntä mukaan keskusteluun kysymällä häneltä, miten hän oli aiheena olleeseen rooliin merkannut plussia ja miinuksia. Välillä hän oli itse aktiivisesti keskustelussa mukana. Itselleni nämä tilanteet olivat vaikeita ja haasteellisia. Miten paljon pitää vetää mukaan keskusteluun, ja milloin on syytä antaa äidin seurata keskustelua ja osallistua siihen oman tarpeensa mukaan? Myös pelkkä kuunteleminen voi olla aktiivista osallistumista, ja tämä äiti selvästi kuunteli aktiivisesti.

Tällaisen ryhmän ohjaamisessa olisi hyvä olla kaksi työntekijää. Näin olisi mahdollista saada kaksi näkökulmaa käsiteltävään aiheeseen, ja se helpottaisi toiminnan suunnittelua ja toteutusta. Lisäksi omien tuntemusten ja ajatusten vaihtaminen toisen ohjaajan kanssa kävisi myös jonkinasteisesta työnohjauksesta. Sain keskusteluapua omalta esimieheltäni silloin, kun sitä tarvitsin. Se ei kuitenkaan ole sama asia kuin keskustelu toisen ryhmää ohjaavan kanssa, joka näkee ja kuulee samat asiat. Viimekeväsissä harjoittelupaikassani ryhmää ohjannut työntekijä sanoi, että oli hyvä kun minä olin hänen kanssaan ryhmää ohjaamassa. Hän koki, että oli hyvä saada keskustella ryhmän jälkeen omista tunteista ja ajatuksista sellaisen kanssa, joka oli mukana ryhmässä. Hän oli aiemmin ohjannut kyseisiä ryhmiä yksinään. Oman ohjauskokemukseni jälkeen hänen ajatuksiinsa toisen ohjaajan tarpeellisuudesta on helppo yhtyä.

Vastaukset henkilökohtaisina tavoitteina olleisiin kysymyksiin saavutin mielestäni hyvin. Nämä kysymykset olivat 1. Miten osaan toimia ryhmän ohjaajana dialogiselta pohjalta?, 2. Miten pystyn omalla ammatillisella taustallani ja ammattitaidollani tukemaan vanhempia heidän vanhemmuudessaan? Ja 3. Miten vanhemmat saavat tunteen siitä, että ryhmään osallistuminen on tukenut ja auttanut heitä omassa vanhemmuudessaan?

Vanhempien antamassa kirjearviointissa ja lomakearviointissa tuli ilmi, että he ovat kokeneet ryhmään osallistumisen vahvistaneen omaa vanhemmuuttaan ja saaneen voimia omaan vanhemmuuteensa. Arviointissa tuli esille myös se, että toimintani on ollut pääsääntöisesti vanhemmuutta tukevaa ja kannustavaa. Vanhemmat olivat jääneet kaipaamaan hieman enemmän konkreettisia vinkkejä arjen pulmatilanteisiin, mutta muuten heidän arviointinsa oli positiivista. Oma ammatillinen taustani ja ammattitaitoni riitti melko hyvin ryhmän ohjaamiseen ja vinkkien antamiseen lapsen kanssa toimimiseen. Vanhempia on tukenut ja auttanut palautteen perusteella myös se, että ovat kuulleet sekä muiden vanhempien haasteista ja ongelmista että heidän toimivista ratkaisuksistaan. Ryhmän yksi tavoite oli saada ja antaa vertaistukea, ja tämä toteutui mielestäni hyvin tämän ryhmän puitteissa.

Ryhmätoiminnan tavoitteina olivat 1. Vanhemmuuden tukeminen ryhmän avulla ja 2. Vertaistuen saaminen ja antaminen samassa elämäntilanteessa olevien vanhempien kesken. Vastauksia näihin kysymyksiin sain sekä kirjearviointissa että lomakearviointissa. Vanhemmat kokivat ryhmän tarpeelliseksi ja itseään voimauttavaksi. Minut ohjaajana he kokivat positiiviseksi ja kannustavaksi, joten oma toimintani on pääsääntöisesti ollut vanhemmuutta tukevaa.

Tukea vanhemmat olivat palautteen perusteella saaneet hyvin paljon myös siitä, että olivat jakaneet omia kokemuksiaan muiden ryhmäläisten kanssa.

Vanhempien odotukset vanhempainryhmään liittyen olivat toteutuneet melko hyvin, lukuun ottamatta yhden äidin kohdalla. Näistä toiveista ja odotuksista ryhmään liittyen olisi pitänyt keskustella enemmän ensimmäisellä kerralla, ja niihin palata pitkin matkaa. Näin olisin pysynyt näitä toiveita huomioimaan paremmin toimintaa suunnitellessani. Ensimmäisellä kerralla olisi pitänyt pyytää vanhemmilta kirjallisena heidän odotuksiaan ja toiveitaan ryhmään liittyen. Näin he olisivat myös joutuneet miettimään niitä, ja ne olisivat samalla tulleet minulle näkyväksi.

Eettisyyteen liittyvän kaksoisroolin ongelman pystyin mielestäni ratkaisemaan hyvin. Keskusteltavasta aiheesta riippuen olin enemmän joko äiti äitien joukossa tai ryhmän ohjaaja. Keskustelun sävystä päätin sen, kumpaa roolia juuri sillä hetkellä tarvitaan enemmän. Joissakin tilanteissa koin, että on hyvä olla ensin äidin roolissa ja antaa ymmärrystä ko. tilanteeseen liittyen, mutta lopuksi oli tarpeen olla myös ohjaaja ja ammattilainen, joka kertoo, miten asiassa olisi hyvä toimia (kun keskustelimme esim. lapsen käytöksen herättämistä tunteista).

8 POHDINTA

8.1 Ryhmä

Koin tämän kaltaisen ryhmän hyvin käyttökelpoisena työvälineenä vanhemmuuden tukemisessa. Ryhmässä vanhempien on mahdollisuus sekä saada että antaa vertaistukea kokemusten ja ajatusten jakamisen kautta. Ryhmässä vanhemmat myös huomaavat, että monissa perheissä painitaan samanlaisten ongelmien kanssa. On hyvä huomata, ettei ole ongelmiansa kanssa yksin. Ryhmässä toisten kanssa keskustellessa on mahdollista saada uusia näkökulmia omaan vanhemmuuteen liittyen.

Ryhmän tarpeellisuudesta voidaan olla montaa mieltä. Voidaan ajatella, että ryhmä ei ollut kovin tarpeellinen, kun halukkaita ilmoittautuneita oli vain neljä. Asukaspuiston kävijämääriin suhteutettuna halukkaita löytyi kovin vähän. Toisaalta voidaan ajatella, että ryhmä oli tarpeellinen juuri näille vanhemmille. Heillä oli halua ja tarvetta pohtia omaa vanhemmuuttaan ja saada ja jakaa vinkkejä vanhemmuuteen liittyen. Heidän antamassaan palautteessa tuli myös ilmi se, että he olivat kokeneet ryhmän jollain tavalla tarpeelliseksi. Mielestäni ryhmä voidaan katsoa tarpeelliseksi silloin, kun sinne ilmoittautuu toivottu määrä halukkaita

vanhempia, ja he arvioinnissaan kokevat ryhmän olleen tarpeellinen ja antaneen heille uusia ajatuksia ja eväitä vanhemmuuteen liittyen.

Vanhemmuuden tukemiseen ryhmätoiminnan avulla liittyy myös riskejä. Ryhmässä on myös mahdollista saada toiset vanhemmat kokemaan huonommuuden tunteita. Näin etenkin silloin, jos joku vanhemmista kovasti korostaa omia onnistumisiaan tai tekemisiään vanhempana. Jonkun vanhemman myös kovin ehdottomat ja tiukat mielipiteet vanhemmuuteen liittyvistä asioista voivat saada toiset vanhemmat olemaan varuillaan tai hiljaa omista kokemuksistaan ja ajatuksistaan. Ryhmässä on vaarana se, että tuen saamisen tunne voikin muuttua huonommuuden tunteeksi.

Ryhmän ohjaajalla on suuri vastuu siinä, että ryhmään osallistuvat vanhemmat saavat tunteen ja kokemuksen tuen saamisesta. Ryhmän ohjaajan tehtävänä on pitää ja ohjata keskustelua sillä tasolla, että kaikilla vanhemmilla on mahdollisuus osallistua keskusteluun ja keskustelu pysyy sillä tasolla, ettei kukaan vanhemmista tarpeettomasti syöllisty. Ohjaajan pitää saada luotua ryhmään luottamuksellinen ilmapiiri, jotta vanhemmat uskaltavat puhua kokemuksistaan, ajatuksistaan ja näkemyksistään. Luottamuksen syntymiseen tarvitaan myös vanhempia, sillä heidän on pystyttävä luottamaan siihen, ettei kukaan ryhmän jäsenistä puhu ryhmässä kuulemistaan asioista ulkopuolisille.

8.2 Vanhemmuus

Koen vanhemmuuden tukemisen tarpeellisenä. Työssäni päiväkodissa olen huomannut, miten monella tämän päivän vanhemmalla on vaikeuksia rajojen asettamisessa ja niistä kiinni pitämisessä. Lasten kanssa ollaan valmiita neuvottelemaan asioista, joissa päätäntävalta on oikeasti vanhemmalla. On perheitä, joissa on selkeästi hämartyntä aikuisuuden ja lapsuuden rajat. Paljon on myös niitä vanhempia, jotka vievät lastaan/lapsiaan erilaisiin harrastuksiin illan toisensa jälkeen, ja lapselle jää hyvin vähän rauhoittumisaikaa kotona. Viriketulva lapselle voi olla hyvin huomattava, kun niitä saa jo päiväkodissa ja sitten voivat monet illat vierähtää harrastusten parissa.

Kuten johdannossa mainitsin, tämän päivän vanhemmuudesta ollaan huolissaan monilla tahoilla. Toisaalta se on aiheellista ja huolissaan ollaan hyvästä syystä. Tärkeää olisi suunnata tukitoimia mahdollisimman varhaisessa vaiheessa juuri niille vanhemmille, jotka sitä tarvitsevat. Toisaalta esille pitäisi tuoda myös sitä, että suuri osa vanhemmista hoitaa kuitenkin vanhemman roolinsa hyvin. Jos puhutaan enemmän vain siitä, miten vanhemmuus on hukassa, tulee helposti mielikuva siitä, että asia on näin kaikkien vanhempien kohdalla.

Vanhemmuuden tukeminen on tärkeää myös siitä syystä, että tämän päivän perheet voivat olla hyvin yksinäisiä ja ilman tukiverkostoa, kuten johdannossa jo mainitsin. Yhteiskunnallisesti ajatellen vanhempien tukeminen kasvatuksessa on edullisempaa kuin antaa heidän vain selviytyä parhaansa mukaan. Avun puuttuminen voi aiheuttaa perheen ja sitä kautta lasten syrjäytymisen. Vanhemmuutta tukemalla on mahdollista yrittää estää tällaista tapahtumasta. Vanhempia tukemalla voidaan estää pienempien ongelmien muuttuminen isoiksi ongelmiksi, joiden ratkaiseminen vie enemmän aikaa ja on jo paljon työläämpää ja yhteiskunnalle sitä myöten kalliimpaa.

Vanhemmuuden tukemista voisi aloittaa jo siinä vaiheessa, kun nainen tulee raskaaksi ja aloittaa neuvolakäynnit. Monet vanhemmat voivat olla tässä vaiheessa hyvin halukkaita pohtimaan tulevaa vanhemmuutta ja siihen sisältyviä haasteita. Vanhemmuuteen liittyvien asioiden pohtiminen jo odotusvaiheessa auttaisi vanhemmuuteen kasvamisessa, kun näitä asioita saisi pohtia jo etukäteen. Vanhemmuuden roolikarttaa voisi hyödyntää jo tässä vaiheessa heittäämään tulevaa vanhempaa huomaamaan vanhemmuuteen liittyviä erilaisia rooleja.

Tätä tukevat myös Lapsiperheprojektissa saadut vastaukset. Häggman-Laitila ym. (2000, 54) kirjoittavat, että Lapsiperheprojektissa tuli esille se, että jo lasta odottavat vanhemmat haluavat pohtia ammattilaisen kanssa tulevaa vanhemmuuttaan. He ovat halunneet valmistautua niihin moniin muutoksiin, joita lapsen syntymä tuo tullessaan. He ovat ajatelleet suhteen luomista tulevaan lapseen. He ovat myös halunneet pohtia työntekijän kanssa, miten omat lapsuuden kokemukset vaikuttavat heidän vanhemmuuteensa, tai mistä on mahdollisuus saada tarvittaessa apua lapsen syntymän jälkeen.

Lammi-Taskula & Salmi kysyvät artikkelissaan sitä, millaisia edellytyksiä yhteiskunta on luonut vanhemmille hoitaa tehtävänsä. Missä määrin hyvää vanhemmuutta on mahdollista tänä päivänä toteuttaa? Miten yhteiskunta kantaa vastuunsa lasten ja perheiden julkisten palvelujen määrästä ja laadusta? Mikä on työelämän rooli ja vastuu vanhemmuuden mahdollisuuksiin liittyen? (Lammi-Taskula & Salmi 2008, 56.)

Kysymys on tällä hetkellä hyvin ajankohtainen. Tiukentunut taloustilanne ja pelko työpaikkojen menettämisestä voi saada vanhemmat tekemään entistä enemmän töitä ja pidentämään työpäiviään. Pidemmät työpäivät ovat poissa lasten kanssa vietetystä ajasta ja vaikeuttaa sitä kautta oman vanhemmuuden toteuttamista. Näin työelämä tuo oman lisänsä haastavaan vanhemmuuteen, kuten myös työelämää käsittelevässä luvuissa kirjoitin. Julkisella sektorilla säästetään hyvin helposti juuri lasten ja perheiden niistä palveluista, jotka eivät ole lakisääteisiä. Näin tehtiin edellisen laman aikana, ja sen seurauksia korjataan edelleen.

Vanhemmuuden tukemiseen ovat päiväkodit ja neuvolat oivia paikkoja. Nostaisin erityisesti päiväkodin roolia tämän asian suhteen, sillä päiväkodissa kohdataan iso osa perheistä. Kun

vanhempia kohdataan päivittäin, on henkilökunnalla hyvät mahdollisuudet seurata vanhempien ja lasten välistä vuorovaikutusta ja tarttua siinä havaitsemiinsa epäkohtiin tai puutteisiin. Tämän edellytyksenä on se, että päivähoito nähtäisiin myös perheiden palveluna, ei vain pelkkänä varhaiskasvatuksena, jonka kohteena ja asiakkaana ovat lapset.

Ryhmässä vanhemmuutta pohdittiin pääasiassa roolikartan avulla. Keskustelu kuitenkin laajeni myös roolikartan ulkopuolelle, kuitenkin vanhemmuuteen liittyen. Vanhemmat kokivat tekevänsä arvokasta työtä kasvattaessaan omia lapsiaan. Samalla he myönsivät, että vanhemmuus on haastavaa ja ajoittain hyvin raskasta ja vaativaa työtä vuorokauden jokaisena hetkenä (kts. myös Telemäki & Vahtokari 2008, 13-14).

Vanhemmat puhuivat myös siitä, miten parisuhteella on vaikutuksensa vanhempana jaksamiseen. He kokivat, että parisuhteen voidessa hyvin jaksaa vanhempanakin paremmin. Sama toimii myös toisinpäin eli kun parisuhde voi huonosti, vanhempanakin jaksaa huonommin. Muuten parisuhdetta käsiteltiin hyvin niukasti, vaikkakin se on etenkin parisuhteessa olevilla yksi tärkeä osa vanhemmuutta. Näin etenkin silloin, kun mietitään perheen yhteisiä sääntöjä ja sitä, kuka niitä luo ja niiden noudattamista valvoo. Parisuhdetta voisikin käsitellä yhtenä osana vanhemmuutta, etenkin sellaisissa ryhmissä, johon osallistuvat vanhemmat elävät parisuhteessa.

Myös arjen kiireet vaikuttavat omalla tavallaan vanhemmuuteen. Tämä tuli esille myös ryhmän keskusteluissa. Kun on useampia lapsia, on arki usein täyttä ja tekemistä paljon, eikä aikaa silloin jää kovin paljon kunnon keskustelulle puolisoiden välillä. Tämä koettiin välillä negatiivisena, sillä näitä puolisoiden välisiä keskusteluja kaivattiin nimenomaan oman vanhemmuuden tueksi. Kiireen keskellä esimerkiksi erilaisia sääntöjä tulee vanhempien mielestä keksittyä tarpeen mukaan ilman, että niistä ehditään kunnolla keskustella. Myös monista muista lapsen kasvatukseen liittyvistä asioista haluttiin keskustella yhdessä puolison kanssa.

Vanhemmuuden vaihtuvat huolenaiheet tulivat myös esille ryhmän keskusteluissa. Lammi-Taskula ja Bardy (2009, 60) kirjoittavat siitä, miten lapsen kasvaessa onnen ja huolen aiheet muuttavat muotoaan. Tämä tuli esille myös vanhempainryhmässä. Vanhempainryhmän vanhemmilla oli sekä alle kouluikäisiä, alakouluikäisiä ja murrosikäisiä lapsia. Vanhemmuudesta keskustellessamme tuli hyvin esille se, miten erilaiset asiat ovat pinnalla eri-ikäisten lasten kanssa. Oma vanhemmuuttaan joutuu pohtimaan ja muokkaamaan lasten kasvaessa.

Vanhemmuutta käsittelevässä luvussa kirjoitin siitä, miten oma lapsuus vaikuttaa vanhemmuuteen. Tästä keskustelimme myös vanhempainryhmässä. Oman lähtöperheen mallit ovat niitä, joita joko haluaa tai ei halua toteuttaa omassa perheessään. Vanhemmilla oli kokemuksia sekä toimivista että ei-toimivista malleista, ja näitä ei-toimivia malleja he halusivat välttää omassa perheessään. Keskustelujen aikana kuitenkin huomasimme, miten helposti sitä

kuitenkin toimii samalla tavalla kuin omat vanhemmat, vaikka olisi päättänyt toimia eri tavalla. Huonoista toimintamalleista eroon pääseminen vaatii tietoista työtä, eikä se aina ole helppoa.

Vanhemmuuden haasteita käsittelevässä luvussa kirjoitin siitä, miten vanhemmalle voi olla vaikeaa tunnustaa tai puhua kielteisinä kokemistaan tunteista. Tästä puhuimme myös vanhempainryhmässä. Keskustelua herätti se, miten vieläkin äidin kielteiset tunteet lasta tai vanhemmuutta kohtaan ovat tietyllä tavalla tabu yhteiskunnassamme. Kun asia on tällä tavalla, vaikeuttaa se osaltaan tuen hakemista ja saamista. Myös vanhemmuuteen liittyvistä kielteisistä tunteista pitäisi voida puhua rohkeasti ja ilman pelkoa syyllistämisestä. Kun näistä tunteista uskaltaa puhua, antaa se mahdollisuuden päästä käsittelemään tunteen taustalla olevia asioita tai kokemuksia.

Päiväkirjoissaan vanhemmat pohtivat vanhemmuutta seuraavasti:

"Vanhemmuus on yksi elämän suurimmista ja vaikeimmista haasteista. Se on opettanut minulle itsetuntemusta varmasti enemmän kuin mikään muu asia tässä elämässä ja varmasti tämä kehitys jatkuu samanlaisena vielä pitkään. Vanhemmuus on myös paras asia maailmassa kaikkine vaikeuksineenkin! On upeaa saada elää toisten ihmisten rinnalla ja saada olla mukana heidän elämässään ja seurata elämän alkua lähietäisyydeltä. Kun elämässä on rakkautta selviää aina!"

"...toivonkin pystyväni ohjaamaan lapseni oikeille poluille elämässä. ...Vanhemmuus on kuitenkin todella haasteellinen tehtävä."

"Kannan jatkuvaa huolta siitä, pystynkö olemaan tarpeeksi läsnä lapsilleni. Olen lyhytpinnainen ja helposti hermostuva, ikään kuin "suuritarpeinen äiti" (vrt. suuritarpeinen vauva/lapsi) ja ihanteeni ja realiteetit eivät useinkaan kohtaa. Tunnen usein syyllisyyttä suutumisistani, siitä etten jaksa leikkiä lasten kanssa ja siitä, etten aina jaa huomiota tasapuolisesti molemmille lapsille..."

Näiden kirjoitusten perusteella voin todeta ryhmän osallistuneiden vanhempien nauttivan vanhemmuudestaan, vaikka sitä välillä sävyttääkin syyllisyys ja huono omatunto monista asioista. Syyllisyyden tunteet ovat osa vanhemmuutta, mutta sen ei pidä antaa varjostaa siitä nauttimista. Näistä asioista olisi ollut hyvä puhua enemmänkin ryhmän aikana. Etenkin siitä, miten tämän syyllisyyden tunteen kohtaa ja miten siitä pääsee eteenpäin.

Vanhemmuus koetaan kirjoituksissa myös hyvin opettavaisena aikana, ja näin voin itekin vanhempänä todeta asian olevan. Oman lapsen kasvun ja kehityksen seuraaminen ja näistä seuraaviin tarpeisiin vastaaminen on itselleni opettanut ehkä enemmän kuin mikään muu asia

tässä elämässä. Itsekin olen joutunut itselleni, ja muille, myöntämään, että ihanteet ja todellisuus kohtaavat melko harvoin. Tämän tunteen kanssa on itsekin joutunut elämään ja siihen sopeutumaan.

Riittävän hyvästä vanhemmuudesta ei ryhmässä varsinaisesti tällä nimikkeellä keskusteltu, mutta monien roolien käsittelyn yhteydessä se tuli esille eri tavoin. Itse yritin tuoda esille sitä, että kukaan ei pysty, eikä kenenkään tarvitse olla täydellinen vanhempi, eikä lapsi sellaista tarvitsekaan. Painotin sitä, että vanhempi saa, ja vanhemman pitääkin, näyttää erilaisia tunteita ja on hyvä osata myös myöntää erehtyneensä tai toimineensa väärin. Toisaalta olisi ollut hyvä puhua vaikka viimeisellä kerralla ennen arviointilomakkeen täyttämistä juuri riittävän hyvästä vanhemmuudesta siltä pohjalta, mitä vanhemmat ajattelevat sen tarkoittavan. Jos tämä olisi ollut aiheena viimeisellä kerralla, sen avulla olisi voinut tehdä yhteenvetöön ryhmässä käsitellyistä aiheista.

8.3 Vanhemmuuden roolikartta

Vanhemmuuden tukemisessa koin vanhemmuuden roolikartan hyvin käyttökelpoisena. Siinä on hyvin eriteltynä vanhemmuuden erilaiset roolit moninaisine alarooleineen. Nyt pohjasin hyvin tarkasti ryhmäkerrat näihin rooleihin, ja ne käsiteltiin alarooleineen siten kuin oppaassa ne ajateltiin käsiteltävän. Olen kuitenkin sitä mieltä, että näitä rooleja voi ja oikeastaan pitäisi rohkeasti muokata sen mukaan, millaisesta vanhempainryhmästä on kyse. Pääroolit kannattaa mielestäni pitää sellaisina kuin ne oppaassa ovat, mutta näihin voisi yhdessä vanhempien kanssa miettiä, mitä päärooliin kuuluvat alaroolit voisivat pitää sisällään.

Miettimällä yhdessä vanhempien kanssa alarooleja voidaan vanhemmat saada vielä aktiivisemmin mukaan miettimään erilaisia vanhemmuuteen kuuluvia rooleja. Vanhemmuuden roolikartasta saa hyvän rungon, johon voi pohjata vanhempien pohdintoja ja ajatuksia. Plussien ja miinusten merkitsemistä vanhemmat pitivät hyvänä asiana, ja se sai heidät miettimään näitä asioita. Samalla tavalla voitaisiin muokattuunkin roolikarttaan merkata plussia ja miinusia. Näin keskustelua voitaisiin viedä ja saada vielä syvemmälle tasolle. Tarvitaan koulutusta roolikartan käytöstä erilaisissa tilanteissa, ja rohkeutta muokata sitä kutakin vanhempainryhmää paremmin palvelevaksi.

Vanhemmuuden roolikartasta on saatavilla selkokieliset versiot suomeksi ja ruotsiksi. Suomalainen selkokieliversio on käännetty myös englanniksi, ranskaksi, venäjäksi ja somaliksi. (Andrew & Ovaskainen 2001, 85.) Tämä mahdollistaa roolikartan käytön myös maahanmuuttajien kanssa työskennellessä. Maahanmuuttajia tulee hyvin erilaisista kulttuureista, ja käsitykset vanhemman rooleista voivat olla hyvin erilaiset kuin meillä suomalaisilla. Roolikartta antaa mahdollisuuden pohtia vanhemmuutta eri näkökulmista myös heidän kanssaan.

Vanhemmuuden roolikartta olisi käyttökelpoinen työväline myös päivähoiton kasvatustieteilijöiden vanhempien kanssa. Näissä keskusteluissa olisi mahdollista käydä läpi vanhemman eri rooleja lapsen kasvatuksen ja kehityksen tukena. Nämä keskustelut ovat niitä hetkiä, jolloin on aikaa rauhassa keskustella lapsen kasvuun ja kehitykseen liittyvistä asioista. Ne ovat myös hyviä tilaisuuksia vanhemmuuden tukemiseen ja vahvistamiseen. Roolikartan avulla olisi mahdollista käydä läpi vanhemmuuden eri osa-alueita ja tuoda esille vanhemmuuteen kuuluvia asioita, kuten rajojen asettamista ja rakkauden antamista. Roolikartan avulla olisi myös mahdollisuus tehdä näkyväksi niitä asioita, jotka perheessä ovat hyvin ja toimivia.

Myös vanhempainryhmän vanhemmat olivat kokeneet Vanhemmuuden roolikartan hyvänä välineenä vanhemmuuden pohtimisessa. Monilla kerroilla nousi selkeästi esille niitä aiheita, jotka heissä eniten herättivät pohtimista ja ajattelemista. Ihmissuhdeosaajan roolissa keskustelua herättivät eniten ristiriidoissa auttajan, kannustajan ja tunteiden hyväksyjän roolit. Huoltajan roolista keskustelu oli laimeampaa, mutta itse nostin esille virikkeiden antajan roolin. Rajojen asettajan roolista eniten keskustelua herättivät sääntöjen ja sopimusten noudattaja ja valvoja sekä omien rajojensa asettaja. Rakkauden antajan roolista eniten keskustelua herättivät itsensä rakastajan, välittäjän ja suojelijan roolit. Jonkin verran keskusteltiin myös hyvän huomaajan roolista. Elämän opettajan roolista eniten keskustelimme mallin antajan ja perinteiden vaalijan rooleista.

Keskustelu näistä rooleista antoi hyvän kuvan siitä, miten vanhemmat pohtivat mielellään monia vanhemmuuden rooleja. Kun niitä on mahdollista pohtia ryhmässä, on asioihin mahdollista saada erilaisia ulottuvuuksia ja näkökulmia. Roolikartan pohjalta oli mahdollista keskustella lähes kaikesta siitä, mitä vanhemmuudessa eteen tulee tai voi tulla. Roolikartan avulla oli mahdollista nostaa keskusteluun itselle vaikeita asioita ja jakaa niitä sitä kautta ryhmän muiden vanhempien kanssa. Se myös mahdollisti tuen saamisen muilta vanhemmilta.

Vanhemmuuden roolikartan käyttäminen laittoi myös minut miettimään omaa vanhemmuuttani roolien näkökulmasta. Kun vanhemmat merkkasivat plussia ja miinuksia alaroolien viereen, myös minä merkkasin niitä mielessäni. Materiaali on juuri siitä hyvä, että se laittaa myös ohjaajan miettimään omaa mahdollista vanhemmuuttaan. Kun vanhemmuuteen liittyviä rooleja pysähtyy myös ohjaajana miettimään ja tunnustaa itselleen niiden mahdollisesti herättämät tunteet ja ajatukset, on helpompi ymmärtää myös vanhempien vastaavat tunteet.

LÄHTEET

- Aalto, M. 2002. Vuorovaikutustaidot. Forssa: Forssan Kirjapaino Oy.
- Aaltonen, J. 2002. Psyykkisesti häiriintynyt perhe ja riittävän hyvä vanhemmuus. Teoksessa Johansson, J. (toim.) Haasteena vanhemmuus. Helsinki: Hakapaino Oy, 31-36.
- Alasuutari, M. 2003. Kuka lasta kasvattaa? Tampere: Tammerpaino.
- Andrew, M. & Ovaskainen, A. 2001. Vanhemmuuden roolikartan selkoversio. Teoksessa Rautainen, M. (toim.) Vanhemmuuden roolikartta. Syvennä ja sovelle. Helsinki: Suomen Kuntaliitto. Sivut 85-89.
- Bardy, M. 2002. Mistä vanhemmuus tehdään? Teoksessa Kolbe, I. & Järvinen, K. (toim.) Onks ketään kotona? Kasvatuksen suuntaa etsimässä. Pieksämäki: RT- Print Oy, 35-52.
- Cacciatore, R. 2005. Aika ja jaksaminen nuorten perheissä. Teoksessa Syrjälä, J. (toim.) Vahva vanhemmuus - Paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: Erweko Painotuote Oy, 29-41.
- Eskelinen, A. 2000. Rakkautta ja rajoja kasvatukseen. Yhdessä elämään. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Heikkilä, M. & Luumi, P. 2003. Rakasta lasta - suojele lapsuutta. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Helminen, J. 2006. Onnen kehto vai kurjuuden alho? Suomalaisten lapsiperheiden arjen kurjistumisesta. Teoksessa Helminen, J. (toim.) Elämä koettelee, tuki kannattelee. Sosiaali- ja terveysalan työ monimuotoisissa perhesuhteissa. Juva: WS Bookwell Oy. Sivut 15-36.
- Helminen, M-L. & Iso-Heiniemi, M. 1999. Vanhemmuuden roolikartta. Käyttäjän opas. Helsinki: Kuntaliiton painatuskeskus.
- Hirsjärvi, S. & Huttunen, J. 2001. Johdatus kasvatustieteeseen. Vantaa: Tummavuoren Kirjapaino Oy. 4.-8. painos.
- Häggman-Laitila, A., Ruskomaa, L. & Euramaa, K-I. 2000. Varhaista tukea lapsiperheille. Kokemuksia Lapsiperhe- projektin perhetyöstä. Helsinki: Käpylä Print Oy.
- Jallinoja, R. 2006. Perheen vastaisku. Familistista käännettä jäljittämässä. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Janhunen, K. & Oulasmaa, M. (toim.) 2008. Äidin kielletyt tunteet. Väestöliitto. Nykypaino Oy.
- Jernberg, A. M. & Booth, P. B. 2003. Theraplay. Vuorovaikutusterapian käsikirja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Juvakka, E. 2005. Riittävän hyvä riittää. Teoksessa Syrjälä, J. (toim.) Vahva vanhemmuus - Paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: Erweko Painotuote Oy. Sivut 21-28.
- Järvinen, K. & Kolbe, L. 2002. Johdanto. Teoksessa Kolbe, L. & Järvinen, K. Onks ketään kotona? Kasvatuksen suuntaa etsimässä. Pieksämäki: RT-Print Oy. Sivut 7-31.
- Kaimola, K. 2005. Koti terveen itsetunnon harjoittelukenttä. Teoksessa Syrjälä, J. Vahva vanhemmuus - Paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: Erweko Painotuote Oy. Sivut 10-19.

Kaimola, K. 2008. Lähtöperheen perintö - aarrearkku vai rasite äitiydelle? Teoksessa Janhunen, K. & Oulasmaa, M. (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Väestöliitto. Nykypaino Oy. Sivut 62-71.

Kaukkila, V. & Lehtonen, E. 2007. Ryhmästä enemmän. Käsikirja ryhmänohjaajan taitoja tarvitsevalle. Suomen Mielenterveysseura Laadukasta kulttuuria vapaaehtoistyöhön hanke. Helsinki: Dark Oy.

Kehitysyhteisöjen moninaistuminen haastaa vanhemmuuden. Neuvola ja Kouluterveys 3/2008. Sivut 13-14.

Kinnunen, S. 2003. Anna mun olla lapsi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Kinnunen, U. & Mauno, S. 2002. Työ ja perhe-elämä vanhempien ja lasten näkökulmasta. Teoksessa Rönkä, A. & Kinnunen, U. (toim.) Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy. Sivut 99-118.

Kinnunen, U., Malinen, K. & Laitinen, K. 2009. Työn ja perheen yhteensovittaminen: perheiden kokemuksia ja ratkaisuja. Teoksessa Rönkä, A., Malinen, K. & Lämsä, T. (toim.) Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Juva: WS Bookwell Oy. Sivut 125-147.

Kivimäki, R. 2003. Perhe tuli työelämään. Teoksessa Forsberg, H. & Nätkin, R. Perhe murroksessa. Kriittisen perhetutkimuksen jäljillä. Toinen painos. Helsinki: Yliopistopaino. Sivu 186.

Kokko R-L. 2006. Tulevaisuuden muistelu. Ennakointidialogit asiakkaiden kokemina. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.

Korhonen, M. 2002. Aina oli joku kotona. Teoksessa Kolbe, I. & Järvinen, K. (toim.) Onks kehtää kotona? Kasvatuksen suuntaa etsimässä. Pieksämäki: RT- Print Oy. Sivut 53-74.

Korhonen, M. 2006. Sukupolven merkitys vuorovaikutussuhteissa. Teoksessa Karila, K. & Alasuutari, M. & Hännikäinen, M. & Nummenmaa, A. R. & Rasku-Puttonen, H. (toim.) Kasvatuvuorovaikutus. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy. Sivut 51-69.

Kristeri, I. 2002. Vahvaan vanhemmuuteen. Hämeenlinna: Karisto Oy kirjapaino.

Lammi-Taskula, J. & Salmi, M. 2008. Huoli jaksamisesta vanhempana. Teoksessa Moisio, P., Karvonen, S., Simpura, J. & Heikkilä, M. Suomalaisten hyvinvointi 2008. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy. Sivut 38-59.

Lammi-Taskula, J. & Salmi, M. 2009. Työ, perhe ja hyvinvointi. Teoksessa Lammi-Taskula, J., Karvonen, S. & Ahlström, S. (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Terveiden ja hyvinvointin laitos. Helsinki: Yliopiston kirjapaino. Sivut 38-48.

Lammi-Taskula, J. & Bardy, M. 2009. Vanhemmuuden ilot ja murheet. Teoksessa Lammi-Taskula, J., Karvonen, S. & Ahlström, S. (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki: Yliopiston kirjapaino. Sivut 60-67.

Malinen, K., Härmä, S., Sevón, E. & Kinnunen, U. 2005. Miten meillä menee? Työssäkäyvien pienten lasten vanhempien kokemuksia perhe-elämästä ja työstä. Jyväskylän yliopiston perhetutkimuskeskuksen julkaisuja 15. Jyväskylän yliopistopaino.

Mäkijärvi, L. 2008. Aikuisen vastuu. Miten kasvatat tämän ajan lasta? Asikkala: Kirjatalo.

Nylund, M. 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A., B. (toim.) Vapaaehtoistoiminta, anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. Sivut 195-213.

Peavy, R. V. 1999. Sosiodynaaminen ohjaus. Konstruktivistinen näkökulma 21. vuosisadan ohjaustyöhön. Helsinki: Työministeriö.

Poikkeus, A-M., Laakso, M-L., Aro, T., Eklund, K., Katajamäki, J. & Lajunen, K. 2002. Vanhemmat kouluun. Tukitoimintaa vilkkaiden lasten perheille. Teoksessa Rönkä, A. & Kinnunen, U. (toim.) Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy. Sivut 159-182.

Rautiainen, M. 2001. Vanhemmuuden roolit ja leikki-ikä (2-6 vuotta). Teoksessa Rautiainen, M. Vanhemmuuden roolikartta. Syvennä ja sovella. Helsinki: Suomen Kuntaliitto.

Rönkä, A., Viheräkoski, J., Litsilä, R. & Poikkeus, A-M. 2002. Nuoret ja vanhemmat perhesuhteiden muutoksessa. Teoksessa Rönkä, A. & Kinnunen, U. (toim.) Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy. Sivut 66.

Rönkä, A., Malinen, K. & Lämsä, T. 2009. Pikkulapsiperheiden arjen paletti. Teoksessa Rönkä, A., Malinen, K. & Lämsä, T. (toim.) Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Juva: WS Bookwell Oy. Sivut 11-19.

Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Juva: WS Bookwell Oy.

Sinkkonen, J. 2008. Luento "Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun". Osa Helsingin seudun kesäyliopiston avointa luentosarjaa "Lapsuudesta evääksi tervettä mieltä". Helsingin Diakoniatopisto: 16.9.2008.

Tamminen, T. 2000. Pienten lasten perheet tänään. Teoksessa Häggman-Laitila, A., Rusko-maa, L. & Euramaa, K-I. Varhaista tukea lapsiperheille. Kokemuksia Lapsiperhe- projektin perhetyöstä. Helsinki: Käpylä Print Oy. Sivut 7-9.

Telemäki, S. & Vahtokari, J. 2008. Kasvata ja kasva itse. Mediapinta.

www.tukiasema.net -> Teemat -> Terveys & henkinen hyvinvointi -> Mitä on vertaistuki? (Luettu 6.11.08)

Vanhempien päiväkirjat talvelta 2009.

www.vertaistuki.net -> Mitä on vertaistuki? (Luettu 6.11.08)

Vilén, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2002. Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveysalalla. Porvoo: Werner Söderström Osakeyhtiö.

LIITTEET

Liite 1 Kutsu ryhmään

Tervetuloa osallistumaan vanhempainryhmään, joka pidetään Ankkalammen päiväkodin tiloissa. Ryhmän tarkoituksena on saada tukea ja voimia omaan vanhemmuuteen sekä jaksamiseen kotona lapsen kanssa. Ryhmä kokoontuu seitsemän kertaa perjantaisin klo. 10–11.30 ajalla 24.10.08 – 27.02.09.

Ryhmätapaamisten ajan asukaspuiston henkilökunta hoitaa yli vuoden ikäisiä lapsia, alle vuoden ikäiset lapset voi ottaa mukaan ryhmätapaamisiin.

Ryhmät ovat osa opinnäytetyötä, ja ryhmiä ohjaa lastenhoitaja ja sosionomiopiskelija Tarja Seppänen.

Halukkaat voivat ilmoittautua sitovasti asukaspuiston henkilökunnalle tai suoraan Tarja Seppäselle (puh. 040 846 4086). Lisätietoja ryhmästä saa soittamalla Tarja Seppäselle edellä mainittuun puhelinnumeroon.



Liite 2 Suostumus videointiin

Videolle kuvattua materiaalia käytän oman ohjaamiseni ja toimintani itsearviointiin. Videoinnin avulla minulla on myös mahdollisuus hyödyntää ryhmässä käytyjä keskusteluja opinnäytetyössä. Keskusteluja käytän opinnäytetyössäni siten, ettei ketään vanhemmista pystytä yksilöimään eikä tunnistamaan. Kuvatun materiaalin tuhoan sen jälkeen, kun sitä ei enää tarvita opinnäytetyön kirjoittamisessa.

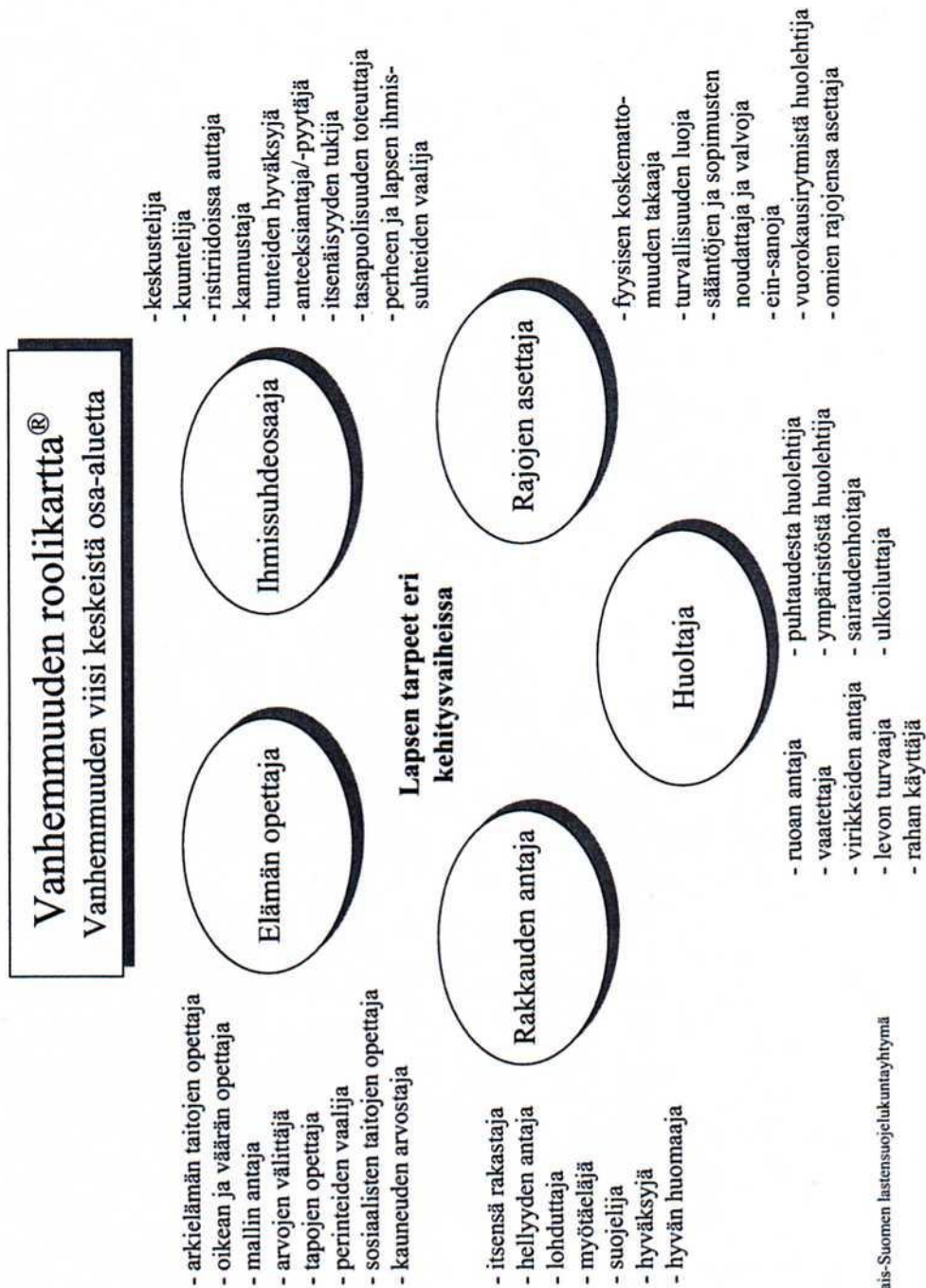
Vantaalla 24.10.2008

Tarja Seppänen

Suostumme siihen, että sosionomiopiskelija Tarja Seppänen saa kuvata videolle vanhempainryhmätapaamiset, ja käyttää näin saatua kuvamateriaalia hyödykseen opinnäytetyötä kirjoittaessaan.

Vantaalla 24.10.2008

Liite 3 Vanhemmuuden roolikartta



Liite 4 Tulevaisuuden muistelu ja päiväkirja

TULEVAISUUDEN MUISTELU

Kehyskertomus:

Vanhempainryhmään osallistumisesta on nyt kulunut kolme vuotta. Lapset ovat kasvaneet innokkaiksi esikoululaisiksi tai koululaisiksi. Äiti on palannut omaan työhönsä ja perheen pienimmät aloittelevat reippaina kolmevuotiaina päiväkodissa. Äidille on vähitellen löytynyt omaa aikaa itsestä huolehtimiseen ja rentoutumiseen. Perheen sisäinen työnjakokin on selkeytynyt, ja lapset osallistuvat omien kykyjensä mukaan kodin hoitamiseen. Puolison kanssa pyritään puhumaan ja sopimaan yhdessä perheen asioista.

Pohdi alla olevia kysymyksiä:

1. Mitä teitte myönteisen kehityksen aikaansaamiseksi perheessänne?
2. Mistä saitte tukea ja /tai apua? Millaista tukea/apua saitte?
3. Mitkä asiat huolettivat teitä vanhemmuudessa?
4. Mikä sai huolenne vähenemään?

Kirjoita ajatuksiasi vaikka päiväkirjamuotoon, ja numeroi kirjoituksesi yllä olevan mallin mukaan.

IDEOITA VANHEMMUUDEN PÄIVÄKIRJAN POHDINTAAN

- Mitkä asiat ovat vahvimpia puoliani vanhemmuudessa?
- Mitkä asiat perheessämme toimivat hyvin?
- Mitkä asiat auttavat minua jaksamaan vanhempana?
- Millaisista asioista saan voimaa itselleni?
- Millaisiin asioihin haluan vanhempana kiinnittää enemmän huomiota?
- Miten olen kokenut vanhemmuuden?

Liite 5 Arviointilomake

Tämä on arviointilomake vanhempainryhmään liittyen. Lomakkeessa annettuja tietoja tullaan käyttämään Tarja Seppäsen opinnäytetyössä ”Riittävän hyvä vanhemmuus - rakkautta ja rajoja”. Annettuja tietoja käytetään opinnäytetyössä arvioitaessa ryhmän hyödynnettävyyttä ja toimivuutta vanhemmuuden tukemisessa sekä arvioitaessa ohjaajan toimintaa ryhmässä. Opinnäytetyö julkaistaan Laurea-Ammattikorkeakoulun yleisessä verkossa.

Seuraavat kysymykset koskevat ryhmän käytössä olleita tiloja ja ryhmään liittyviä järjestelyjä. Ympyröi parhaiten sopiva vastaus.

1. Ryhmän käytössä ollut tila oli mielestäni sopiva. 1. Kyllä 2. Ei
Jos valitsit vaihtoehdon 2, millainen tila olisi ollut hyvä?
2. Lastenhoidon järjestyminen oli mielestäni hyvä asia. 1. Kyllä 2. Ei
Jos valitsit vaihtoehdon 2, miten olisit toivonut lapset huomioitavan?
3. Kokoonntumisajankohta oli mielestäni sopiva. 1. Kyllä 2. Ei
Jos valitsit vaihtoehdon 2, millainen ajankohta olisi mielestäsi ollut sopiva?
4. Kokoonntumistiheys oli mielestäni sopiva. 1. Kyllä 2. Ei
Jos valitsit vaihtoehdon 2, mikä olisi mielestäsi ollut sopiva kokoonntumistiheys?
5. Kokoonntumiskertoja oli mielestäni sopivasti. 1. Kyllä 2. Ei
Jos valitsit vaihtoehdon 2, miten monta kokoonntumiskertaa olisi mielestäsi ollut sopiva
Määrä?
6. Kokoonntumiskerran kesto oli mielestäni sopiva. 1. Kyllä 2. Ei
Jos valitsit vaihtoehdon 2, mikä olisi mielestäsi ollut kokoonntumiskerran sopiva kesto?

Seuraavat kysymykset koskevat ryhmässä käsiteltyjä aiheita ja niiden antia. Ympyröi parhaiten kuvaama vaihtoehto. (1= täysin samaa mieltä, 5= täysin eri mieltä)

7. Ryhmässä käsiteltyt aihealueet liittyivät arkeeni vanhempana. 1 2 3 4 5
8. Ryhmässä käsiteltyt aihealueet tukivat vanhemmuuttani. 1 2 3 4 5
9. Vanhemmuuden roolikartta auttoi minua pohtimaan omaa vanhemmuuttani. 1 2 3 4 5
10. Sain muilta vanhemmilta tukea ja kannusta vanhemmuuteeni. 1 2 3 4 5
11. Ryhmään osallistuminen on auttanut minua jaksamaan vanhempana. 1 2 3 4 5
12. Sain vuorovaikutusleikeistä ideoita lasten kanssa toimimiseen. 1 2 3 4 5

13. Kokemuksistani ja ajatuksistani vanhempana olemisesta on ollut hyötyä muille vanhemmille. 1 2 3 4 5
14. Vanhempainryhmä vastasi odotuksiani. 1 2 3 4 5

Seuraavat kysymykset liittyvät ryhmän toimivuuteen ja ohjaajan toimimiseen ryhmässä. Ympyröi sopiva vaihtoehto. (1= täysin samaa mieltä, 5= täysin eri mieltä)

15. Ryhmän ilmapiiri oli luottamuksellinen. 1 2 3 4 5
16. Ryhmään tuleminen oli minulle helppoa. 1 2 3 4 5
17. Ryhmässä uskalsi puhua aroistakin asioista. 1 2 3 4 5
18. Ryhmässä oli helppo tuoda esille omia ajatuksia ja kokemuksia. 1 2 3 4 5
19. Kokemukseni ryhmään osallistumisesta oli positiivinen ja voin suositella vastaavanlaista ryhmää muillekin vanhemmille. 1 2 3 4 5
20. Ohjaaja toimi vuorovaikutuksessa ryhmän jäsenten kanssa. 1 2 3 4 5
21. Ohjaaja kannusti osallistumaan käytyihin keskusteluihin. 1 2 3 4 5
22. Ohjaaja toimi tasavertaisesti kaikkien ryhmän jäsenten suhteen. 1 2 3 4 5
23. Ohjaajan ohjaus ja neuvonta oli riittävää. 1 2 3 4 5
24. Ohjaaja tiesi käsitellyistä aihealueista. 1 2 3 4 5
25. Ohjaaja puhui käsitellyistä aihealueista ymmärrettävästi. 1 2 3 4 5

Seuraavassa on kysymyksiä, joihin voit vastata sanallisesti.

Mitkä ryhmässä käsitellyistä asioista ovat olleet sinulle hyödyksi vanhempana?

Miten arvioisit ryhmän luottamuksellista ilmapiiriä?

Miten ohjaajan toiminta tuki vanhemmuuttani?

Mitä muuta olisit toivonut ryhmässä käsiteltävän?

Mitä muuta haluaisit sanoa (toiveita, kehittämissuhteita jne.)

Liite 6 Vanhempien antaman arvioinnin yhteenveto

Kysymys 1: Ryhmän käytössä ollut tila oli mielestäni sopiva. Vanhemmat olivat ympyröineet vastausvaihtoehdon numero 1 eli kyllä.

Kysymys 2: Lastenhoidon järjestäminen oli mielestäni hyvä asia. Vanhemmat olivat ympyröineet vaihtoehdon 1 eli kyllä.

Kysymys 3: Kokoonntumisajankohta oli mielestäni sopiva. Vanhemmat olivat ympyröineet vaihtoehdon 1 eli kyllä.

Kysymys 4: Kokoonntumistiheys oli mielestäni sopiva. Tähän kolme vanhempaa oli ympyröinyt vaihtoehdon 1 eli kyllä, ja yksi vanhempi vaihtoehdon 2 eli ei. Tämä vanhempi toivoi, että kokoonntumisia olisi ollut hieman tiheämmin, esimerkiksi yhden kerran viikossa.

Kysymys 5: Kokoonntumiskertoja oli mielestäni riittävästi. Vanhemmat olivat ympyröineet vaihtoehdon yksi eli kyllä.

Kysymys 6: Kokoonntumiskerran kesto oli mielestäni sopiva. Vanhemmat olivat ympyröineet vaihtoehdon 1 eli kyllä.

Kysymys 7: Ryhmässä käsitellyt aihealueet liittyivät arkeeni vanhempana. Vanhemmista kolme oli ympyröinyt vaihtoehdon 1 eli täysin samaa mieltä ja yksi vanhemmista oli ympyröinyt vaihtoehdon 2.

Kysymys 8: Ryhmässä käsitellyt aihealueet tukivat vanhemmuuttani. Vanhemmista yksi oli ympyröinyt vaihtoehdon 1, kaksi vanhempaa vaihtoehdon 2 ja yksi vanhempi vaihtoehdon 3.

Kysymys 9: Vanhemmuuden roolikartta auttoi minua pohtimaan omaa vanhemmuuttani. Vanhemmista kaksi valitsi vaihtoehdon 1 ja kaksi vaihtoehdon 2.

Kysymys 10: Sain muilta vanhemmilta tukea ja kannustusta vanhemmuuteeni. Kaikki vanhemmat olivat ympyröineet vaihtoehdon 2.

Kysymys 11: Ryhmään osallistuminen on auttanut minua jaksamaan vanhempana. Kaikki vanhemmat olivat ympyröineet vaihtoehdon 2.

Kysymys 12: Sain vuorovaikutusleikeistä ideoita lasten kanssa toimimiseen. Vanhemmista kaksi oli ympyröinyt vaihtoehdon 1, yksi vanhemmista vaihtoehdon 2 ja yksi vaihtoehdon 3.

Kysymys 13: Kokemuksistani ja ajatuksistani vanhempana olemisesta on ollut hyötyä muille vanhemmille. Kaikki vanhemmat olivat ympyröineet vaihtoehdon 3.

Kysymys 14: Vanhempainryhmä vastasi odotuksiani. Yksi vanhemmista valitsi vaihtoehdon 1, kaksi vaihtoehdon 2 ja yksi vaihtoehdon 4.

Kysymys 15: Ryhmän ilmapiiri oli luottamuksellinen. Vanhemmista kolme valitsi vaihtoehdon 1 ja yksi vaihtoehdon 2.

Kysymys 16: Ryhmään tuleminen oli minulle helppoa. Kaikki vanhemmat olivat ympyröineet vaihtoehdon 1.

Kysymys 17: Ryhmässä uskalsi puhua aroistakin asioista. Vanhemmista kolme oli ympyröinyt vaihtoehdon 1 ja yksi vaihtoehdon 2.

Kysymys 18: Ryhmässä oli helppo tuoda esille omia ajatuksia ja kokemuksia. Kaikki vanhemmat olivat ympyröineet vaihtoehdon 1.

Kysymys 19: Kokemukseni ryhmään osallistumisesta oli positiivinen ja voin suositella vastaavanlaista ryhmää muillekin vanhemmille. Kaksi vanhemmista oli ympyröinyt vaihtoehdon 1 ja kaksi vaihtoehdon 2.

Kysymys 20: Ohjaaja toimi vuorovaikutuksessa ryhmän jäsenten kanssa. Kaikki vanhemmat olivat ympyröineet vaihtoehdon 1.

Kysymys 21: Ohjaaja kannusti osallistumaan käytyihin keskusteluihin. Vanhemmista kaksi oli ympyröinyt vaihtoehdon 1, yksi vaihtoehdon 2 ja yksi vaihtoehdon 3.

Kysymys 22: Ohjaaja toimi tasavertaisesti kaikkien ryhmän jäsenten suhteen. Vanhemmista kolme oli ympyröinyt vaihtoehdon 1 ja yksi vaihtoehdon 2.

Kysymys 23: Ohjaajan ohjaus ja neuvonta oli riittävää. Vanhemmista kolme oli ympyröinyt vaihtoehdon 1 ja yksi vaihtoehdon 2.

Kysymys 24: Ohjaaja tiesi käsitellyistä aihealueista. Kaikki vanhemmat olivat ympyröineet vaihtoehdon 1.

Kysymys 25: Ohjaaja puhui käsitellyistä aihealueista ymmärrettävästi. Kaikki vanhemmat olivat ympyröineet vaihtoehdon 1.

Mitkä ryhmässä käsitellyistä asioista ovat olleet sinulle hyödyksi vanhempana?

"Ihan sellaiset käytännön kokemukset ja vinkit jotka tulivat puheeksi toisten vanhempien kanssa."

"Kaikki ovat olleet tuttuja. Eniten on ajattelua auttanut plussien ja miinusten merkitseminen kertojen alussa."

"Yleisestä keskustelusta on ollut eniten apua ja hyötyä. Vanhemmuuden roolikartta oli jo ennalta tuttu. Parasta antia oli toisten äitien tapaaminen ja luottamuksellinen keskusteluilmapiiri."

"Lähinnä heräsin huomaamaan oman käytökseni ja yritän, etten lähtisi itse mukaan ristiriitoihin ja "huutaisi" joka asiasta."

Miten arvioisit ryhmän luottamuksellista ilmapiiriä?

"Ryhmä oli tarpeeksi luottamuksellinen."

"Omasta mielestäni ilmapiiri oli hyvä. Ei tullut "paremmuus" kilpailua äitien kesken. Toisaalta olin itse melko paljon äänessä. Toivottavasti kaikilla oli positiivinen kokemus, että kaikki saivat puhua."

"Erittäin hyvin toteutui!"

"Jonkun verran kuullut puistossa puhuttavan asioista, jotka minusta kuuluvat vain ryhmään."

Miten ohjaajan toiminta tuki vanhemmuuttani?

"Objektiivisesti... oikeastaan siellä käsiteltiin niitä aiheita, ei niinkään henk.koht. asioita ohjaajan kanssa."

"Ohjaaja oli positiivinen tuki, mutta toi esiin myös eri puolia ajattelun tueksi."

"Ohjaaja osasi erittäin hyvin kannustaa ja "lohduttaa". Hän kuunteli ja todella kuuli - ja osallistui samalla todella hyvin itse äitinä keskusteluun."

"Sain vinkkejä, herätti ajattelemaan."

Mitä muuta olisit toivonut ryhmässä käsiteltävän?

"Ehkä jokainen olisi voinut tuoda enemmänkin esille käytännön ongelmiaan tai vapaaehtoisia puheenaiheita."

"Ehkä yksittäinen tapaamiskerta olisi sittenkin voinut olla pidempi, jotta aiheisiin olisi pääsyt vielä syvemmälle. Käsitellyt aiheet olivat sinänsä mielestäni tosi hyviä ja mielenkiintoisia."

"Ehkä lisää ratkaisuja ongelmatilanteiden käsittelyssä."

Yhdeltä vanhemmalta ei tähän kohtaan ollut kommentteja.

Mitä muuta haluaisit sanoa (toiveita, kehittämisehdotuksia jne.)

"Lastenhoidon pitäisi olla maksutonta, niin ehkä osanottajiakin olisi enemmän. Vastaavan tyyppinen juttu toimisi paremmin ilman, että se olisi opiskeluun sidottu. Koska tilaisuus oli heti aamulla, olisi voitu samalla juoda teetä tai kahvia tai siis siinä aluksi kaikilla kun tuntui olevan lähtösäpinät kotona."

"Ohjaaja olisi voinut huomioida ryhmän hiljaisempia jäseniä, jotta kaikkien näkemykset tulisivat esille. Aiheita olisi voinut myös rajata enemmän tai hillitä keskustelun rönsyjä. Vaikka rupattelu olikin kivaa! =>) Tosi mukavat tuokiot, lastenhoito huippua!

Miten olisi jälkitapaaminen esim. vuoden kuluttua? Se ei enää palvelisi ohjaajan opiskelutarjoituksessa mutta olisi tosi mielenkiintoista tavata samalla porukalla ja kuulla kaikkien kuulumiset."

"Ongelmiin lisää vaihtoehtoratkaisuja. KIITOS, koin ryhmän tarpeelliseksi!"